



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO
UNIDAD ACADÉMICA PROFESIONAL TEJUPILCO

**BIENESTAR PSICOLÓGICO EN DOS INSTITUCIONES FORMADORAS DE
DOCENTES DE TEJUPILCO ESTADO DE MÉXICO, 2018.**

TESIS

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

PRESENTA:

MARISOL MARTÍNEZ BARÓN
N° DE CUENTA: 1428019

DIRECTOR DE TESIS

DR. EN ED. SALVADOR BOBADILLA BELTRÁN

ASESOR DE TESIS

ME. EN ED. LETICIA CARREÑO SAUCEDO

TEJUPILCO, MÉXICO
MARZO, 2019.



Tejupilco, México a 28 de Marzo de 2019.

**L. en A. MERCEDES ALEJANDRA MOJICA HERNÁNDEZ
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN
EN LA UNIDAD ACADÉMICA PROFESIONAL TEJUPILCO
PRESENTE:**

Por medio del presente y una vez realizadas las observaciones del Trabajo de tesis titulado:

**BIENESTAR PSICOLÓGICO EN DOS INSTITUCIONES FORMADORAS DE
DOCENTES DE TEJUPILCO ESTADO DE MÉXICO, 2018**

De la alumna Marisol Martínez Barón con número de cuenta 1428019, de la Licenciatura en Psicología.

Informamos a Usted que se otorga el Voto Aprobatorio de dicho Trabajo.

ATENTAMENTE

**M. EN DAES. VENANCIO ARCE CERVANTES
REVISOR**

**LIC. EN PSIC. XOCHIQUETZAL ORTIZ BELTRAN
REVISOR**



UNIDAD ACADÉMICA
PROFESIONAL
TEJUPILCO
DEPARTAMENTO DE
TITULACIÓN

29-03-19
[Handwritten signature]





Tejupilco, México a 28 de Marzo de 2019.

**L. en A. MERCEDES ALEJANDRA MOJICA HERNÁNDEZ
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN
EN LA UNIDAD ACADÉMICA PROFESIONAL TEJUPILCO
PRESENTE:**

Por medio del presente informamos a Usted que una vez que se ha trabajado con la alumna Marisol Martínez Barón con número de cuenta 1428019, de la Licenciatura en Psicología en su Trabajo de tesis titulado:

BIENESTAR PSICOLÓGICO EN DOS INSTITUCIONES FORMADORAS DE DOCENTES DE TEJUPILCO ESTADO DE MÉXICO, 2018, consideramos que dicho trabajo está completo y damos por concluida la labor que nos fue asignada por este Departamento como Director y Asesor respectivamente.

Sin otro particular por el momento, quedo de Usted.

ATENTAMENTE

**DR. EN ED. SALVADOR BOBADILLA BELTRAN
DIRECTOR DE TESIS**

**ME. EN ED. LÉTICIA CARREÑO SAUCEDO
ASESOR DE TESIS**



UNIDAD ACADÉMICA
PROFESIONAL
TEJUPILCO
DEPARTAMENTO DE
TITULACION

29/03/19





Universidad Autónoma del Estado de México

Unidad Académica Profesional Tejupilco

Tejupilco, México a 29 de Marzo de 2019.

**C. MARISOL MARTINEZ BARON
PASANTE DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T E.**

Con base en la información existente en el departamento de titulación y en cumplimiento a lo dispuesto en el reglamento de escuelas y facultades, este departamento a mi cargo autoriza a usted la **IMPRESIÓN** de su tesis titulada: **BIENESTAR PSICOLOGICO EN DOS INSTITUCIONES FORMADORAS DE DOCENTES DE TEJUPILCO ESTADO DE MEXICO, 2018.**

Lo anterior con base en que se han realizado, al trabajo escrito las observaciones dictaminadas por la H. Comisión Revisora. Le recuerdo que el contenido y presentación del mismo será de su entera responsabilidad.

Sin otro particular, aprovecho la ocasión para desearle el mejor de los términos en su proceso de titulación.

ATENTAMENTE
"PATRIA CIENCIA Y TRABAJO"
"2019, Año del 75 Aniversario de la Autonomía ICLA-UAEM"


L. en A. MERCEDES ALEJANDRA MOJICA HERNÁNDEZ
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN
DE LA UNIDAD ACADÉMICA PROFESIONAL TEJUPILCO



UNIDAD ACADÉMICA
PROFESIONAL
TEJUPILCO
DEPARTAMENTO DE
TITULACIÓN

Domicilio Conocido Rincón de Aguirre
Tejupilco, México, C. P. 51412
Tel. (724) 26 75422
www.uaptejupilco.mx



AGRADECIMIENTOS

A DIOS

Por la vida de mis padres y por haberme permitido llegar hasta este punto, por haberme dado salud para lograr mis objetivos, además de su infinita bondad y amor.

A MIS PADRES

Por ser los principales promotores de mis sueños, gracias a ellos por confiar y creer en mí y en mis expectativas, gracias a mi madre por estar dispuesta a acompañarme cada noche de estudio, por apoyar cada una de mis decisiones, gracias a mi padre por siempre desear y anhelar siempre lo mejor para mi vida. Gracias a ambos por ser el pilar fundamental en todo lo que soy, en toda mi educación, tanto académica, como de la vida; por su incondicional apoyo perfectamente mantenido a través del tiempo, sin ustedes este merito no se hubiese conseguido.

A MIS HERMANAS

A mis hermanas en quienes siempre he encontrado un respaldo incondicional, en los momentos más flacos de mi vida, ellas que siempre estuvieron apoyándome en todo momento.

A MI AMIGA

Tú, quien ha sido mi mano derecha durante todo este tiempo; te agradezco por tu desinteresada ayuda, por echarme una mano cuando siempre la necesité. Te agradezco no solo por la ayuda brindada, sino por cada uno de los buenos momentos en los que convivimos. Eres una gran persona, y me encanta tenerte a mi lado.

A MI INSTITUCIÓN Y MAESTROS

Gracias a mi universidad por haberme permitido formarme en ella, gracias a todas las personas que fueron partícipes de este proceso, gracias a todos porque fueron los responsables de realizar su aporte y que el día de hoy se vea reflejado en la culminación de mi paso por la universidad.

ÍNDICE

PRESENTACIÓN	i
RESUMEN	ii
INTRODUCCIÓN	iii

PARTE 1. MARCO TEÓRICO

CAPÍTULO 1. BIENESTAR PSICOLÓGICO

1.1. Bienestar.....	6
1.2. ¿Qué es el estado de Bienestar?	8
1.3. Bienestar Subjetivo.....	9
1.4. Bienestar Psicológico	12
1.5. El bienestar visto como la satisfacción con la vida	14
1.6. Bienestar Psicológico de Estudiantes Durante su Formación Docente	17
1.7. Bienestar Psicológico de acuerdo al Modelo de Carol Ryff	18
1.8. Factores Protectores Del Bienestar Psicológico	21
1.9. Efecto del Bienestar Psicológico y el Rendimiento Académico	23
1.10. Consideraciones del Bienestar Psicológico	24

CAPÍTULO 2. FORMACIÓN DOCENTE

2.1. Proceso de la Formación Docente.....	27
2.2. Formación Docente	29
2.3. Saber Pedagógico	32
2.4. Modelos Innovadores de la Formación Docente	34
2.5. Formación Docente a Nivel Nacional.....	37
2.6. Políticas De Formación Docente En México.....	40
2.7. Formación Docente en la Escuela Normal	41
2.7.1. Antecedentes.....	42
2.7.2. Modelo Educativo	43
2.8. Formación Docente en la UPN	46
2.8.1. Antecedentes.....	47
2.8.2. Modelo educativo.....	49

PARTE 2. MÉTODO

Objetivos General.....	52
Objetivos Específicos	52
Planteamiento.....	53
Justificación	54
Tipo de estudio	55
Variables.....	55
Población.....	55
Instrumento o técnica	56
Diseño de la investigación	56
Captura de la información.....	57
Procesamiento de la información	57
RESULTADOS	58
DISCUSIÓN	64
CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS	67
REFERENCIAS	69
ANEXOS	80

PRESENTACIÓN

El trabajo de investigación está constituida por dos apartados, el primero lo conforma el Marco Teórico y este a su vez se integra de dos capítulos; capítulo 1 denominado bienestar psicológico se integra por temáticas como que es un estado de bienestar, definición del bienestar subjetivo y psicológico, el bienestar visto como la satisfacción con la vida, el bienestar psicológico de los estudiantes durante su formación docente, bienestar psicológico de acuerdo al Modelo de Carol Ryff, los factores protectores y los efectos del bienestar psicológico, el rendimiento académico y finalmente las consideraciones del bienestar psicológico.

El siguiente apartado, capítulo 2, formación docente, se integra por los temas que son el proceso de la formación docente, el saber pedagógico, los modelos innovadores de la formación docente, la formación docente a nivel nacional y las políticas de formación en México, concluyendo con los antecedentes, el modelo educativo y la formación docente en ambas instituciones (UPN y Escuela Normal).

La segunda parte se integra por el Método, donde se hace mención del objetivo general, los objetivos específicos, el planteamiento del problema, el tipo de estudio, las variables, la población, el instrumento, el diseño de la investigación, la captura de la información y el procesamiento de la información.

Finalmente se presentan los resultados, la discusión, las conclusiones, las sugerencias y las referencias bibliográficas.

RESUMEN

El objetivo de este trabajo fue conocer los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de la Unidad Pedagógica Nacional y la escuela Normal de Tejupilco, 2018. El tipo de estudio de la investigación fue descriptivo. La variable considerada es el bienestar psicológico. La población se integró por un total de 80 estudiantes de la escuela Normal de Tejupilco y 158 estudiantes de la UPN.

Se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico desarrollada por Carol Ryff en 1989 y adaptada por Díaz et al. (2006) a la versión en español. El diseño de la investigación es no experimental y transaccional. Para el análisis de la información se empleó el paquete estadístico SPSS versión 23, se calcularon las frecuencias para cada dimensión y con ello realizar la representación gráfica.

Continuando con los resultados la dimensión considerada con mayor relevancia es Dominio del Entorno, en esta la mayoría de los alumnos obtuvieron resultados de 80% y 88%, es decir, la mayoría de los alumnos se encuentran en niveles bajos, en esta dimensión se hace referencia al manejo de las exigencias y oportunidades del ambiente para satisfacer tus necesidades y capacidades. Las personas con un alto dominio del entorno poseen una mayor sensación de control sobre el mundo, hacen un uso efectivo de las oportunidades que les ofrece su entorno y son capaces de crear o escoger entornos que encajen con sus necesidades personales y valores. Las personas con bajo dominio del entorno tienen problemas para manejar los asuntos de la vida, se sienten incapaces de mejorar o cambiar su entorno y no son conscientes de las oportunidades de su entorno no las aprovechan las oportunidades y tienden a pensar que no tienen ningún control sobre su ambiente.

Finalmente se sugiere que se generen ambientes de desarrollo, así mismo impartir pláticas y conferencias para motivar el potencial de los jóvenes. De igual manera para promover la correcta interpretación y mejoramiento del bienestar psicológico, ya que en un nivel bajo de esta variable pueden influir diversos factores afectando el rol que se conlleva como alumno, y se le permitirá ofrecerle un ambiente sano a nivel psicológico.

INTRODUCCIÓN

Los autores como Westerhof y Keyes (2010) consideran el bienestar psicológico como criterio diagnóstico de salud mental, entienden la salud como la capacidad de cada persona de hacer o convertirse en lo que quiere ser, y al bienestar como el resultado de la valoración global de elementos de naturaleza afectiva y cognitiva. Desde este marco es importante considerar la evaluación del bienestar psicológico en el ámbito educativo, porque durante la trayectoria académica el estudiante presenta numerosas situaciones de cambio en relación asimismo y al entorno que inciden sobre su disponibilidad de recursos para enfrentar las circunstancias de la vida universitaria con éxito. Los estudios sobre el bienestar psicológico evalúan el grado en que los estudiantes se sienten satisfechos vitalmente y no tanto la frecuencia de actividades placenteras.

Por ello Ferrel, Pedraza y Rubio (2010) mencionan que el quehacer de los estudiantes docentes, además de las demandas sociales y académicas que exigen sus estudios, se caracteriza por una excesiva y diversa información científica, prácticas de evaluación permanente, largas horas de asesorías y evaluaciones de exámenes, entre otros; situación que genera diversos niveles de estrés académico, aunque por otro lado se puede decir que la labor docente es para muchos altamente satisfactoria, lo cual les puede generar diversos niveles y formas de bienestar psicológico y felicidad; es decir, el lado opuesto del estrés.

Posteriormente Seligman (2008) destacan la necesidad de reorientar los estudios de la psicología no solamente en el malestar y el sufrimiento humano, sino primordialmente en el desarrollo del potencial máximo de las personas. Este cambio de visión, desde lo patológico hacia lo sano, potencia un empoderamiento general del organismo o sistema en sus rasgos definitorios más sólidos y que pueden soportar mejor un crecimiento o recuperación. De acuerdo a este enfoque, una sociedad integrada por personas satisfechas, que viven emociones positivas consistentemente y que experimentan los beneficios de sus rasgos positivos va a tender a desarrollar instituciones sociales más sólidas y positivas, además de la amistad, la familia y el amor.

Al respecto, Ferrel, Pedraza y Rubio (2010), realizaron un estudio en el que destacan la presencia de altos niveles de agotamiento emocional y estrés en estudiantes docentes,

pero también reportan altos niveles de realización personal, lo que indica algunos niveles significativos de bienestar psicológico y optimismo. La Organización Mundial de la Salud (OMS) menciona que la salud implica no sólo la ausencia de enfermedad, sino también de bienestar físico, mental y social de la persona; diversas evidencias experimentales indican que es posible influir positivamente y de forma sostenida sobre el bienestar subjetivo de las personas esto mediante la realización sistemática de algunas actividades tales como, la práctica del deporte, la gratitud o atención plena (Slade, 2010).

Por lo antes expuesto, es viable conocer los niveles Bienestar Psicológico en el que se encuentran los estudiantes que se están formando para docentes en la escuela Normal y la Universidad Pedagógica Nacional (UPN) de Tejupilco para así identificar factores de riesgo que pudieran afectar su salud mental diferenciando de igual manera los casos y no casos que pudieran surgir de estrés psicológico a través de la evaluación de la percepción de su salud. Se espera que los resultados que se obtengan contribuyan a la toma de decisiones de las instituciones para realizar intervenciones apropiadas.

Para ello cabe mencionar que a nivel Nacional las Escuelas Normales y UPN presentan un sistema de formación en el país ha sido cuestionado, como consecuencia, entre otros tópicos, de los nada afortunados resultados obtenidos en educación básica a través de los exámenes nacionales e internacionales a los que ha sido sometido y en el marco del proceso de su estudio emprendido por muchos de los países occidentales para permitir sobre todo el vínculo con la investigación, la tradición normalista mexicana parece enclavada en el pasado, donde cada quien permanece en su lugar y donde los diversos movimientos, los cambios y las reformas no se articulan con ninguna alteración, con ninguna creación de algo nuevo, esta situación puede generar en los estudiantes problemáticas respecto a su forma de pensar y en el cómo llevar una vida de felicidad o infelicidad por la postura en la que se encuentra cada una de las instituciones.

Es un hecho que el normalísimo fundacional, sus principios y valores, sus preceptos y aportaciones, han quedado muy lejos del siglo XXI, y los retos actuales de la complejidad de la formación parecen continuar sepultados en el olvido. La formación de profesores no puede pensarse en la actualidad como lo que alguna vez fue. No obstante, las huellas del pasado pesan tanto que la Escuelas se ha volcado sobre sí, probablemente

preocupada por asegurar su propia supervivencia y estabilidad, en lugar de enfrentar y comprometerse con la hazaña de un cambio radical que, por un lado, de respuesta a las necesidades de los alumnos y de la sociedad contemporánea y, por otro, ponga fin al pensamiento simplificador que conceptualiza la profesionalización de la docencia como una formación instrumentalista, basado en recetas prácticas y comportamentales para conducir un grupo.

En suma Ortega (2014) manifiesta que la formación para la docencia ha sido interpretada por muchos académicos, maestros y pedagogos, no sólo en otras épocas, sino también en la actualidad, en términos exclusivamente del hacer, esto es, desde el punto de vista instrumental; perspectiva que si bien fue una de las hegemónicas en la última mitad del siglo pasado, se mantiene vigente aún gracias a sus adherentes y militantes que, al reconocer la frágil naturaleza de los asuntos humanos, prefieren evadirla.

Ahora bien hablando a nivel local es muy común que gran parte de los alumnos que ingresan a las Escuelas Normales y UPN no cubren con el perfil de ingreso, es decir, logran entrar por cuestiones políticas, los cuales de inmediato ponen de manifiesto su desinterés y falta de compromiso, en el momento en que los alumnos ingresan a las instituciones sin interés propio puede generar en ellos una actitud negativa durante su formación y niveles de bienestar bajo, por ello es necesario recalcar que sin duda la participación de las instituciones deben mantener su máximo esfuerzo porque el mayor implicado en el proceso es el alumno, si éste carece de vocación e identidad en la carrera, el interés mostrado por su formación profesional también estará ausente.

PARTE 1.

MARCO

TEÓRICO

CAPÍTULO 1.

BIENESTAR PSICOLÓGICO

1.1. Bienestar

1.2. ¿Qué es el estado de Bienestar?

1.3. Bienestar Subjetivo

1.4. Bienestar Psicológico

1.5. El bienestar visto como la satisfacción con la vida

1.6. Bienestar Psicológico de Estudiantes Durante su Formación Docente

1.7. Bienestar Psicológico de acuerdo al Modelo de Carol Ryff

1.8. Factores Protectores Del Bienestar Psicológico

1.9. Efecto del Bienestar Psicológico y el Rendimiento Académico

1.10. Consideraciones del Bienestar Psicológico

CAPÍTULO 1. BIENESTAR PSICOLÓGICO

El bienestar ha sido tema de interés de diversas disciplinas y campos de la psicología y se ha relacionado con felicidad, calidad de vida y salud mental, así como con distintas variables personales y contextuales asociadas, actualmente, el bienestar psicológico es un concepto que tiene que ver con sentirse bien en un sentido general, es decir, estar bien con uno mismo, estar alineado con las motivaciones y objetivos que estructuran el propio estilo de vida, gozar del equilibrio emocional necesario para afrontar el día a día e incluso, disponer de una buena salud física y mental que conlleva a la felicidad (Ballesteros, 2006), en este apartado se aborda lo que es el bienestar, el estado de Bienestar, bienestar subjetivo y bienestar psicológico, el bienestar visto como la satisfacción con la vida, bienestar psicológico de estudiantes durante su formación docente, bienestar psicológico de acuerdo al modelo de Carol Ryff, los factores protectores del bienestar psicológico, así mismo el efecto del bienestar psicológico y el rendimiento académico y finalmente las consideraciones del bienestar psicológico.

1.1. Bienestar

Bienestar constituye una dimensión esencial y determinante de la calidad de vida, Viniegra y González (2000) destacan que el estudio de este constructo se encuentra en una situación similar al de la propia calidad de vida, caracterizándose por la falta de acuerdo en torno a su conceptualización y medición.

Los estudios sobre este tópico se han organizado en torno a dos grandes tradiciones de investigación: una relacionada fundamentalmente con la felicidad que es el bienestar hedónico y otra ligada al desarrollo del potencial humano que abarca el bienestar eudaimónico. Por extensión de esta clasificación, Keyes, Ryff y Shmotkin (2002) han identificado el bienestar subjetivo como principal representante de la tradición hedónica y el bienestar psicológico, de la tradición eudaimónica.; estas dos concepciones del bienestar muestran algunas similitudes, presentan unas características diferenciales propias.

Muchas de las personas creen que el bienestar consiste solo en ser feliz, en otras palabras, el bienestar se basa entonces en la combinación de elementos que son; la satisfacción con lo que hacemos día a día, la calidad de nuestras relaciones, la confianza en nuestro estado financiero, nuestra buena salud y el orgullo con el que asumimos como hemos contribuido en nuestras comunidades, lo importante se basa en como esos elementos interactúan.

Para ello Rath y Harter (2010) diseñaron una escala exhaustiva del bienestar individual al concluir con esta surgieron 5 factores, el primer elemento se basa en el bienestar profesional, es decir, en cómo se emplea el tiempo o, sencillamente, en cuanto te satisface lo que haces cada día, la segunda es el bienestar social que trata de la importancia que el amor y las relaciones tienen en la vida, la tercera alude al bienestar económico que abarca la gestión eficiente del aspecto financiero de la vida, el cuarto se refiere al bienestar físico que señala al hecho de tener buena salud y energía suficiente para realizar tareas cotidianas, el quinto elemento es el bienestar comunitario que abarca el grado de compromiso que se tiene con el ámbito en el que se vive.

Cuando se habla de salud se estamos hablando de bienestar, tal como mencionaba la ya clásica definición de salud como el estado completo, estado de bienestar físico psíquico y social realizado por la OMS en su acto fundacional en 1946. Se ha propuesto definir la salud, como “el logro del más alto nivel de bienestar físico, mental y social, y de las capacidades de funcionamiento, que permiten los factores sociales en los que se vive inmersos el individual y la colectividad”, condicionando el grado de bienestar al entorno en el que se encuentran los individuos y la colectividad sin que ello signifique la renuncia a querer modificar esos factores sociales y ambientales que limitan la condición de salud o de lo que es el estado de bienestar (Bermejo, 2006).

1.2. ¿Qué es el Estado de Bienestar?

La conceptualización de estado de bienestar atañe a lo que genéricamente se denomina provisión y satisfacción de ciertas necesidades básicas de carácter económico, educativo, sanitarios, etc., sancionadas por las sociedades modernas, desde instancias diversas, tanto públicas como privadas, bajo el amparo del Estado como órgano garante y regulador (Rodón y Gillezeau, 2012).

Para Martínez (2000) el estado de bienestar responde a la conjunción de una serie de factores, que evolucionan la idea de progreso civilizatorio de los países, desde finales del siglo pasado y que se sirve de las teorías Keynesianas de demanda agregada para superar los fallos del mercado, por lo que “el intervencionismo Keynesiano no fue un detonante sino un medio para plasmar el avance del desarrollo humano en su vertiente de bienestar social”. El estado de bienestar debe estar conformado en primer lugar por una serie de gastos en bienes preferentes: como educación, salud, vivienda y empleo, luego por un segundo grupo de gastos en programas de transferencias de recursos: como pensiones, seguros de enfermedad, seguros de desempleo y subsidios familiares entre otros.

Entonces de lo que se está hablando, es del bienestar de la cobertura de una serie de riesgos individuales por el conjunto de la sociedad. Cuando un estado intenta garantizar estos riesgos, estamos ante un estado del bienestar. Es por esto, que, en los países con economías competitivas y desarrolladas, también llamados de primer mundo quienes son los que verdaderamente tienen la capacidad de mejorar de forma continua la renta real de sus ciudadanos, del empleo neto y de la productividad.

Por otro lado, Farge (2007) define al estado de bienestar como una serie de disposiciones legales que dan derecho a los ciudadanos a percibir prestaciones de seguridad social obligatoria y a contar con servicios estatales organizados como salud y educación, en una amplia variedad de situaciones definidas, como de necesidad y contingencia. Para este autor, los medios a través de los cuales interviene el Estado son reglas burocráticas,

disposiciones legales, pagos en metálico, puesta en servicio profesionales como educadores, médicos entre otras.

Para Collazos (2007) el estado de bienestar lo define como una serie de disposiciones legales que dan derecho a los ciudadanos a percibir prestaciones de seguridad social obligatoria y a contar con servicios estatales organizados (en el campo de la salud y de la educación, por ejemplo), en una amplia variedad de situaciones definidas, como de necesidad y contingencia. Los medios a través de los que interviene, pues, el estado de bienestar son reglas burocráticas y disposiciones legales, pagos en metálico y puesta en servicio de la experiencia profesional de profesores, maestros, médicos y asistentes sociales que en ocasiones se da de forma subjetiva.

1.3. Bienestar Subjetivo

El estudio del bienestar subjetivo se interesa por cómo y por qué las personas experimentan su vida de forma positiva, incluyendo tanto juicios cognitivos como reacciones afectivas (Diener, 1994). Se inscribe, por tanto, dentro de una dimensión cognitivo-emocional que ha tenido diferentes denominaciones: felicidad, satisfacción con la vida, afectos positivos o negativos. Habitualmente se ha caracterizado en términos de satisfacción con la vida o en términos de felicidad como lo es el balance global de los afectos positivos y negativos que han marcado nuestra vida.

En efecto, el bienestar subjetivo fue considerado inicialmente como un indicador de la calidad de vida determinado por la interrelación entre características del ambiente y grado de satisfacción mostrado por el individuo (Díaz, 2006); desde este planteamiento, el bienestar subjetivo enfatiza la naturaleza vivencial y experiencial del propio bienestar. Las condiciones objetivas en las que transcurre la vida del individuo, tales como la disponibilidad de empleo y las características del mismo, las condiciones de vivienda, los recursos sanitarios en el entorno, la existencia de centros culturales y deportivos, el nivel económico tanto a nivel micro como macro, etc., aportarían elementos relevantes, aunque insuficientes por sí mismos, para el bienestar del individuo.

El bienestar subjetivo sería el estado psicológico resultante de la interacción entre el individuo personalidad y su entorno microsocia, estado civil, familia, participación social, satisfacción laboral, apoyo social y macrosocia ingresos, cultura (Moyano y Ramos, 2007).

Los autores Cummins y Cahill (2000) han intentado demostrar la existencia de siete ámbitos o dominios dentro del bienestar subjetivo: salud, intimidad, bienestar material, productividad, bienestar emocional, seguridad y comunidad. Michalos (1982) concluye que las dimensiones que más contribuyen al bienestar subjetivo son la satisfacción con la vivienda y con la salud, así como la autoestima. Pero habría notables diferencias individuales en función de variables como el sexo, la edad de los individuos y el ámbito, rural o urbano, en que vivan.

Por otro lado, Hoorn (2007), establece una clasificación de factores determinantes para el bienestar subjetivo los cuales son:

1. Rasgos de personalidad: De acuerdo con este autor, los rasgos de personalidad constituyen el factor más influyente y con mayor poder de predicción a la hora de establecer diferencias interindividuales en el bienestar subjetivo. En concreto, la extraversión presenta una elevada correlación positiva con el bienestar subjetivo.
2. Factores contextuales y situacionales: Disponer de un óptimo estado de salud se encuentra asociado a altos niveles de bienestar subjetivo. Asimismo, las personas casadas suelen experimentar un mayor bienestar que otro tipo de personas como las solteras, divorciadas, etc.
3. Factores demográficos, en particular el sexo y la edad: Van Hoorn sostiene que, en general, las mujeres presentan mayores niveles de bienestar subjetivo que los hombres, mientras que dicho bienestar es elevado en los jóvenes, decrece posteriormente y vuelve a aumentar en la vejez.

4. Factores institucionales: En general, en los estados democráticos y, dentro de ellos, en los que existe un sólido bienestar social, el bienestar subjetivo suele ser más elevado.
5. Factores ambientales: El clima influye en el bienestar subjetivo, si bien los estudios existentes al respecto son un tanto contradictorios. Así, por ejemplo, mientras que algunos trabajos han evidenciado que las altas temperaturas aumentan el bienestar durante los meses más fríos del año y lo disminuyen en los meses más calurosos, y que el calentamiento global del planeta influye negativamente en el bienestar subjetivo (Rehdanz y Maddison, 2003).
6. Factores económicos: Variables como el desempleo, la inflación o el subdesarrollo económico de un país pueden repercutir negativamente en el bienestar subjetivo, tanto a nivel del individuo y como a nivel de la población en conjunto. No obstante, en lo que concierne a la felicidad, conviene tener presente, como subrayan Moyano y Ramos (2007), que dicho factor se haya presente en las poblaciones de todos los países, con independencia de su nivel de desarrollo. De este modo, podríamos encontrar personas felices, es decir, con un alto grado de afecto positivo tanto en los países más ricos como en los países más subdesarrollados.

A partir de todas estas consideraciones, el bienestar subjetivo que experimenta el individuo vendría determinado tanto por factores que afectan estrictamente a la vida de un individuo en particular como el estado de salud, relaciones familiares y sociales, etc. como por otros factores contextuales que influyen sobre el conjunto de la población influyendo los factores sociales, económicos, políticos, etc. No obstante, parece que son los ámbitos de funcionamiento más próximos e inmediatos a la vida personal de los individuos los que ejercerían una mayor influencia sobre su bienestar subjetivo (Moyano y Ramos, 2007).

Posteriormente, el bienestar subjetivo fue equiparado al concepto de satisfacción vital, al ser concebido como un juicio global que las personas hacen de su vida, así como al

concepto de felicidad, definiéndolo como un balance global resultado de los afectos positivos y negativos experimentados por el individuo en su vida (Blanco y Díaz, 2005). Integrando ambas perspectivas, Diener (1984), plantea un modelo de bienestar subjetivo conformado por tres componentes o dimensiones: la satisfacción con la vida en general y con diversos dominios o facetas valoradas por el individuo, así como la clara y notoria preponderancia de afectos o emociones positivas sobre las negativas. Esta estructura tridimensional ha sido corroborada por numerosos estudios, siendo en la actualidad la que mayor aceptación obtiene.

La satisfacción con la vida alude, tal y como señalan Vera y Sotelo (2004), a una dimensión cognitiva: un juicio evaluativo sobre la propia vida. Se trata, por tanto, de una medida a largo plazo, puesto que el individuo realiza una valoración de su trayectoria vital, para emitir un juicio acerca de su grado de satisfacción con la misma, es decir, analiza aspectos concretos de su vida, pone en una balanza lo positivo frente a lo negativo y, finalmente, concluye un juicio de satisfacción general (Lucas, 1996).

La satisfacción vital, en definitiva, constituye la valoración positiva que el individuo realiza en relación a su propia vida en general o a ámbitos particulares de esta, tales como la familia, el trabajo, la salud o las amistades, comparando lo que ha conseguido sus logros; con lo que esperaba obtener, esto es, sus expectativas, con ello se representa, en suma, un juicio cognitivo y valorativo resultado de la discrepancia percibida entre las expectativas y aspiraciones en las áreas más importantes en la vida del individuo en un contexto de bienestar psicológico favorable.

1.4. Bienestar Psicológico

Mientras la tradición del bienestar subjetivo ha mostrado especial interés en el estudio de los afectos y la satisfacción con la vida, el concepto bienestar psicológico se focaliza sobre el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, concebidos ambos como los principales indicadores del funcionamiento positivo, así como en el estilo y manera de afrontar los retos vitales y en el esfuerzo y el afán por conseguir nuestras

metas. Desde este planteamiento, el constructo bienestar psicológico no dependería tanto de experiencias placenteras o displacenteras, sino de la consecución de los valores que al individuo le hacen sentir vivo y auténtico y que, en definitiva, le permiten crecer y desarrollarse como persona (Ryan y Deci, 2001).

Autores como Diener, Suh y Oishi (1997) manifiestan que una persona tiene alto bienestar si experimenta satisfacción con su vida, si frecuentemente su estado depresivo es bueno y sólo ocasionalmente experimenta emociones poco placenteras como tristeza o rabia.

Para Liberalesso (2001) el bienestar psicológico es uno de los cuatro dominios de la calidad de vida, que incluyen también las competencias comportamentales, las condiciones objetivas del ambiente externo y la calidad de vida percibida. Para el autor, el sentido del bienestar psicológico refleja una evaluación personal, esto significa que el sentido de bienestar psicológico no resulta de la simple suma de las competencias, de las posibilidades objetivas del ambiente externo, de las creencias y opiniones sobre las satisfacciones. En otras palabras, el bienestar psicológico es una evaluación compleja de esas condiciones la cuales toman en cuenta las expectativas personales, así como también las condiciones sociales, psicológicas y orgánicas, de igual manera las congruencias entre las metas deseadas y las logradas. Por otro lado, la OMS (2013), define el bienestar psicológico como un estado perfecto en cuanto a bienestar físico, psíquico y social, de acuerdo a esta definición se explica entonces que, para estar sano, además de no estar enfermo o lesionado, habrá que estar bien, sentirse bien, vivir bien, encontrarse en satisfacción.

El bienestar psicológico para Molina y Meléndez (2006) consideran que sería el resultado de un proceso de construcción personal basado en el desarrollo psicológico del individuo y en su capacidad para interactuar de forma armoniosa con las circunstancias que afronta en su vida. De esta manera, el bienestar psicológico vendría determinado por el grado de equilibrio entre las expectativas, los ideales, las realidades conseguidas o perseguidas por el individuo, todo ello expresado en términos de satisfacción, y sus competencias

personales y capacidad de respuesta para afrontar los acontecimientos vitales con el fin de lograr su adaptación. Así nuestra felicidad, no es posible sin esfuerzo, en la medida en que requiere una grande conquista personal.

El bienestar psicológico es una experiencia personal que se va construyendo a través del desarrollo psicológico de la persona y de la capacidad para relacionar y relacionarse de manera positiva e integrada con las experiencias de vida que va experimentando, considerando la incorporación activa de medidas positivas para ello y no solo la ausencia de los aspectos negativos que va vivenciando. Se identifica por lo tanto como un factor de motivación intrínseca para el individuo. Este bienestar depende de algunas variables como la edad, el género y la cultura; se puede medir a través de algunos de sus componentes, tanto afectivos como cognitivos, los cuales tienen que ser analizados en diferentes contextos, entre otros, la familia y el espacio laboral, al ser analizados en estas áreas se puede generar un bienestar en su entorno (Rangel, Alonso, 2010).

1.5. El Bienestar Visto como la Satisfacción con la Vida

La OMS en su acta constitutiva de fecha el siete de abril de 1948, expuso la definición de salud como un estado completo de bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. Desde esta fecha, este concepto no ha sido modificado. Esto significa que tanto la planeación como la gestión de la salud por parte de los distintos regímenes del Estado de Bienestar, debe basarse en alargar el máximo posible dicho estado completo de bienestar e intentar evitar que disminuya o incluso que desaparezca (Briceño, Gillezeau, 2012).

Como se observa, en el concepto de Salud, se encuentra inmersa la palabra bienestar, la cual, se puede asociar a su vez con el concepto de estado de bienestar que como ya se sabe se refiere a la capacidad que tiene una sociedad para satisfacer las necesidades básicas de las personas que la componen, como la educación, el trabajo o la salud. Es necesario recalcar que la salud, al igual que la educación, la seguridad social, el trabajo entre otras, tienen un origen institucional en cuanto a las actividades que el Estado como

expresión organizada de la sociedad, ha ido adoptando para hacer frente colectivamente a las necesidades básicas de la población estén o no relacionadas entre sí.

De manera análoga, Sen (2002) plantea palmariamente: “hay que destacar que la salud es esencial para nuestro bienestar y que las libertades y posibilidades que somos capaces de ejercer dependen de nuestros logros en salud”. En este sentido, el citado autor señala que son muy pocas las cosas que se pueden lograr si se está discapacitado y por su puesto ningún si se está muerto. En este mismo trabajo, Sen señala sobre la importancia de un enfoque adecuado en las políticas en salud, las cuales no deben limitarse a cuestiones socioeconómicas de índole general, sino también a “una gran variedad de parámetros distintos, como las discapacidades personales, la propensión individual a la enfermedad, los riesgos epidemiológicos de cada región en particular, la influencia de las variaciones climáticas”.

Así mismo Campbel (1981) establece que “en muchos países en desarrollo, la falta de una estrategia nacional integral de salud, así como de la capacidad y los recursos suficientes para aplicarla”, han limitado los avances en la consecución de un estado completo de bienestar físico, mental y social, así mismo para medir el bienestar y valorar los grados de satisfacción e insatisfacción, y sus colegas emplearon una escala de siete puntos, donde el más bajo rango se considera insatisfacción y el tope de la escala satisfacción.

En un estudio longitudinal de bienestar, realizado con la población de Victoria, Heady y Wearing (1991), midieron el índice de satisfacción de vida, basados en una escala de nueve puntos, que va desde lo más terrible a lo más satisfactorio, es decir, la combinación de las experiencias en la vida de una persona produce un estado global de bienestar; que el sentido de una persona y el nivel de bienestar son relativamente estables en vez de respuestas frágiles o eventos transitorios; que la gente es capaz de describir su estado de bienestar a un entrevistador y que pueden ser inducidos a hacer eso.

Con estos supuestos se han recibido dos críticas; primero, por la estabilidad de las respuestas de bienestar de grupos de edad, hasta en décadas de cambios significativos de ganancias a nivel material. Segundo, por la sensibilidad de las respuestas de bienestar a procesos contruidos por factores emocionales y cognitivos que moldean la evaluación de cada encuestado de sus propias circunstancias de vida.

Los autores antes mencionados hacen una crítica de la amplia categoría de procesos contruidos y presentan evidencia de varias fuentes de sesgo auto reportado en evaluaciones globales de bienestar subjetivo. Tal es el caso del “efecto de asimilación”, que sucede cuando un incidente feliz se recuerda y resalta el sentimiento de satisfacción de vida; del “efecto contraste”, donde un evento feliz del pasado es usado como un estándar de comparación de sentimientos de felicidad. Otra situación que se presenta es el “reflejo de humores transitorios”, evocados por eventos del momento. Sumado a ello, la respuesta acerca del sentido del bienestar puede ser alterada por una “comparación silenciosa con otros”; un marco de referencias que en la mayoría de las encuestas no es especificado por el entrevistador ni provisto por el entrevistado.

Concluyen mostrando que las respuestas de bienestar están sujetas al “sesgo social de aceptación”, una tendencia que varía entre individuos y es, por sí misma, medible pero raramente medida. Lo anterior es un problema metodológico serio que merece ser tomado en cuenta.

Dos posibles razones se proponen para esta situación: la primera fundamentada en el fenómeno de la rutina fatigante del hedonismo, ante las expectativas de crecimiento (o caídas) a medida que las circunstancias de la vida y sus recursos cambian. La segunda está apoyada en el hecho que la gente tiene otras formas de bienestar que no están dentro de criterios materiales. Allardt (1996) ha propuesto que el bienestar depende de la satisfacción de tres categorías de necesidades humanas: el tener, el relacionarse en cuestiones de amor y amistad y el ser que es la autorrealización. La primera de estas se enfoca en la posesión de cosas materiales. La segunda, el relacionarse, se da

únicamente por el afecto; en las relaciones de apoyo del esposo o de la pareja, de la familia y de los amigos.

Finalmente, la necesidad de ser o de autorrealización puede cumplirse por las acciones del individuo, a través de la adquisición y el ejercicio de rasgos valiosos y de habilidades. Por todo esto, se critica que el bienestar en los estudios realizados entre países tienda a reducirse a los indicadores materiales o económicos, situaciones que están muy marcadas y que influyen en las personas durante el desarrollo de su formación.

1.6. Bienestar Psicológico de Estudiantes Durante su Formación Docente

Con relación al bienestar estudiantil Velázquez (2008) menciona que para mantener un rendimiento académico óptimo en la universidad implica asistir puntualmente a clases, cumplir con trabajos, participar en reuniones de grupo, asistir a seminarios, aprobar controles de lectura o exámenes, entre otros. En esta etapa, “los estudiantes no sólo están sometidos a la evaluación continua de sus maestros, sino también de los miembros del grupo estudiantil al cual pertenecen y con el que se relacionan cotidianamente”. Si a lo mencionado se le añade la acción de salir del hogar, del lugar de origen para forjar su futuro, entonces, el estudiante puede desestabilizarse y ver afectado su bienestar personal y su estado de ánimo.

Al mismo tiempo Carranza (2012) menciona que es preciso considerar que dentro de estos grupos la mayoría de los estudiantes están en una etapa importante de su desarrollo y deben prepararse para afrontar situaciones desagradables y responder adecuadamente a las exigencias del medio. De estos pensamientos surgen estadísticas las cuales muestran que existe un grado de complejidad en el proceso de adaptación y permanencia de los estudiantes donde los factores que prevalecen en el entorno académico son autoestima, auto concepto, inteligencia emocional, la dinámica familiar y el bienestar psicológico cuya relación es evidente y la problemática va en aumento.

Por otro lado, Morales y Ordóñez (2015) analizaron la existencia de una relación entre el bienestar psicológico y otros factores en la vida de un estudiante como el estrés, la ansiedad, la relación de pareja, el apoyo social y su bienestar físico. Asimismo, existen ciertos obstáculos y facilitadores percibidos por el estudiante como tareas, horarios de clase largos, créditos de los cursos y ansiedad ante exámenes; y los facilitadores como servicio de biblioteca, compañerismo, apoyo de familia y amigos y recibir becas.

Dentro de ello también se pone en manifiesto que los problemas afectivos no son un soporte para la autorrealización ni para la formación académica, sino que podrían complicar el panorama. Por ello, se menciona que los factores que condicionan y alteran el rendimiento académico, llama la atención el bienestar psicológico, entendido como el resultado de una evaluación valorativa por parte de la persona con respecto a cómo ha vivido, juicio de su vida como un todo en términos positivos, es decir, en qué medida un sujeto se encuentra a gusto con la vida que lleva (Hurtado, 2000).

Además, teniendo en cuenta que la enseñanza es un trabajo emocional (Marchesi, 2007), la salud psicológica del profesorado viene determinada por el tipo de emociones que éstos experimentan durante el desarrollo de la profesión. En función de que las emociones sean positivas o negativas hablaríamos de bienestar o malestar docente respectivamente. Generalmente la investigación desarrollada sobre la salud psicológica del profesorado se ha centrado más en aspectos negativos que en los positivos.

1.7. Bienestar Psicológico de Acuerdo al Modelo de Carol Ryff

El bienestar psicológico es un concepto amplio que incluye dimensiones sociales, subjetivas y psicológicas, así como comportamientos relacionados con la salud en general que llevan a las personas a funcionar de un modo positivo, es por ello que está relacionado con cómo la gente lucha en su día a día afrontando los retos que se van encontrando en sus vidas, ideando modos de manejarlos, aprendiendo de ellos y profundizando su sensación de sentido de la vida (Muñoz, 2017).

De acuerdo con la psicóloga Carol Ryff (1989), profesora en la Pennsylvania State University y directora del Institute of Aging, desarrolló un modelo de bienestar psicológico formado por seis dimensiones propias del bienestar, obtenidos mediante análisis factoriales exploratorios y confirmatorios, y en diversas versiones de distinta longitud de las escalas de Ryff.

La primer dimensión es la autoaceptación que son características del funcionamiento positivo, por ello es que las personas con una alta autoaceptación tienen una actitud positiva hacia sí mismas, aceptan los diversos aspectos de su personalidad, incluyendo los negativos, y se sienten bien respecto a su pasado, de lo contrario las personas con baja autoaceptación se sienten insatisfechas contigo mismas y decepcionadas con su pasado, tienen problemas con ciertas características que poseen y desearían ser diferentes a como son.

La segunda dimensión son las relaciones positivas, consiste en tener relaciones de calidad con los demás, personas con las que se puede contar y alguien a quien amar, por otro lado, si llega a surgir una pérdida de apoyo social y la soledad aumentan la probabilidad de padecer una enfermedad se reduce la esperanza de vida, si las personas apuntan alto en esta dimensión tienen relaciones de calidad satisfactorias y de confianza con los demás.

Como tercera dimensión es el propósito en la vida, es decir, que la vida tenga sentido y un propósito, las personas necesitan marcarse metas y definir una serie de objetivos que les permitan dotar a su vida de sentido. Quienes apuntan alto en esta dimensión persiguen metas, sueños u objetivos, tienen la sensación de que su vida se dirige a alguna parte, sienten que su presente y su pasado tienen significado, y mantienen creencias que dan sentido a su vida. Quienes apuntan bajo tienen la sensación de que la vida no tiene sentido, de que no van a ninguna parte, tienen pocas metas y no tienen creencias que aporten sentido a su vida.

Como cuarta dimensión menciona el crecimiento personal, el cual consiste en sacar el mayor partido de talentos y habilidades, utilizando todas las capacidades, desarrollar potencialidades y seguir creciendo como persona. Las personas con puntuaciones altas consideran que están en continuo crecimiento, están abiertas a las nuevas experiencias, desean desarrollar su potencial y habilidades, consideran que mejoran con el tiempo y van cambiando de modo que reflejan un mayor autoconocimiento y efectividad, quienes apuntan bajo tienen la sensación de estar atascados, se sienten desmotivados y con poco interés en la vida e incapaces de desarrollar nuevas actitudes y habilidades.

En la quinta dimensión menciona la autonomía, la cual consiste en tener la sensación de que puedes elegir por sí mismo, tomar sus propias decisiones, mantener independencia personal y convicciones. Las personas con mayor autonomía son más capaces de resistir la presión social y regulan mejor su comportamiento desde el interior (en lugar de ser dirigidos por otros), son más independientes y se evalúan así mismas en función de estándares personales. Las personas con baja autonomía están preocupadas por las evaluaciones y expectativas de los demás y se dejan influir o guiar por ellas, toman sus decisiones en base a las opiniones de los demás y se conforman ante la presión social, actuando y pensando en base a lo que los demás esperan de ellos.

Como última dimensión es el dominio ambiental, hace referencia al manejo de las exigencias y oportunidades del ambiente para satisfacer necesidades y capacidades. Las personas con un alto dominio del entorno poseen una mayor sensación de control sobre el mundo y se sienten capaces de influir en el ambiente que las rodea, hacen un uso efectivo de las oportunidades que les ofrece su entorno y son capaces de crear o escoger entornos que encajen con sus necesidades personales y valores. Las personas con bajo dominio del entorno tienen problemas para manejar los asuntos de la vida diaria, se sienten incapaces de mejorar o cambiar su entorno, no son conscientes de las oportunidades de su entorno y piensan que no tienen control sobre su ambiente.

1.8. Factores Protectores del Bienestar Psicológico

Para Moraga (2009) los factores protectores del bienestar psicológico se destacan en el desarrollo de un proyecto de vida, el desarrollo y activación de redes sociales y el desarrollo de habilidades sociales y la autoestima, las cuales se explican a continuación:

1. Proyecto de vida, es una de las principales tareas que enfrenta el adolescente. Implica atreverse a imaginar lo que se desea lograr en la propia vida analizar las acciones concretas para conseguirla. Implica considerar la realidad en que se vive los recursos personales, y sociales además de las dificultades que se pueden presentar.

El estilo de vida tiene por tanto varios componentes:

- El componente material: comprende los elementos tecnológicos producidos por el medio para adaptarse de manera adecuada al medio ambiente (por ejemplo: vivienda, vestuario, hábitos alimenticios).
- El componente social, caracterizado por las redes sociales y las agrupaciones formales de la sociedad.
- El componente ideológico que incluye los valores y creencias compartidos por los integrantes del grupo social que generan en el individuo expectativas y conductas específicas en todos los ámbitos.
- La familia y la escuela pueden cumplir un importante rol dando confianza a los jóvenes y las jóvenes para imaginar su futuro y atreverse a trabajar para lograr lo que quieren

2. Redes Sociales, están formadas por la familia cercana, los amigos, los vecinos, los compañeros de estudio y/o trabajo el personal de las instituciones a las que se acude y los conocidos. El efecto protector se relaciona con la función de apoyo en situación de crisis información y regularización de los comportamientos de riesgo o inadecuados que ellos brindan.

Cabe mencionar que las personas aisladas, aquellas que no tienen contacto habitual con sus familiares, amigos o conocidos, son mucho más vulnerables frente a situaciones adversas o crisis vitales. Es por tanto importante desarrollar y activar las redes sociales, para amortiguar el efecto de los factores de riesgo.

3. Habilidades Sociales, capacidades específicas que componen la conducta social y que son necesarias para asegurar que ésta sea exitosa y aceptada socialmente se denominan “habilidades para vivir”.

La Organización Mundial de la Salud destaca algunas de ellas que son habilidades sociales relevantes; como habilidad para tomar la perspectiva del otro, habilidad para percibir las normas que prevalecen en el medio social y para actuar en función de ellas, capacidad de tomar contacto con las propias sensaciones y emociones, capacidad de autocontrol, habilidad de comunicarse en forma efectiva, capacidad de resolver conflictos positivamente, capacidad de enfrentar y resolver problemas.

4. Autoestima, es la imagen y valoración que cada persona tiene de sí mismo una persona con buena autoestima con confianza en sí mismo es menos vulnerable a las adversidades de la vida a los factores de riesgo. La creación de ambientes que favorecen la resolución exitosa de problemas, el señalamiento de los errores valorándolos como oportunidades de aprendizaje, el apoyo frente a las dificultades, ayudan a la formación de una autoestima saludable. El señalamiento permanente de los errores y la crítica negativa habitualmente disminuyen la confianza en sí mismo.

Uno de los factores que más se ha relacionado con la capacidad de recuperación de las personas que han vivido situaciones adversas es la existencia de por lo menos un adulto significativo que haya tenido confianza en ellos. El sentir que los padres, los profesores, los amigos confían es fortalecedor de la autoestima. Esto resalta la importancia de desarrollar y cuidar contextos familiares, escolares, sociales, acogedores y apoyadores, para mejorar el bienestar y posterior a ello su rendimiento en la institución del alumno.

1.9. Efecto del Bienestar Psicológico y el Rendimiento Académico

Múltiples investigaciones relacionadas con el bienestar psicológico han utilizado muestras compuestas por estudiantes universitarios. Ciertamente, conocer la percepción del Bienestar Psicológico en esta población permite que se puedan desarrollar intervenciones y programas de acuerdo con las necesidades específicas de los universitarios/as, así mismo se reconoce que las responsabilidades y deberes de un estudiante universitario son muy diferentes a las de otros miembros de la población en general, ya que estos están sometidos a constantes evaluaciones, tanto académicas como personales y sociales (Burriss, Carlson, 2009).

Los cambios en los estudiantes pueden incidir en su rendimiento académico, por lo que las universidades deben adoptar políticas educativas, estrategias y programas que permitan al estudiantado universitario responder de forma adecuada a ciertas situaciones, al momento de comenzar una carrera se distingue de otros periodos de desarrollo ya que este genera mucho estrés y ansiedad. Algunos problemas que pueden desarrollar los estudiantes en este periodo son trastornos alimentarios, fatiga y dificultad para concentrarse. Los factores asociados con el bienestar psicológico en los estudiantes universitarios permitirán desarrollar estrategias de intervención que fuesen más efectivas, según las características particulares de cada estudiante. Por tal razón, se identifican los factores individuales y conductuales que están asociados con la salud psicológica de los estudiantes docentes (Velásquez, 2008).

El mejor predictor de Bienestar Psicológico en estudiantes docentes es el optimismo, por lo que recomendaron que se inicien programas de prevención que le sean útiles al estudiante y que logren que este pueda afrontar los retos que se le presentan a diario en el contexto universitario; aunque alguna veces las evaluaciones académicas que se llevan a cabo a nivel nacional e internacional, representan un gran reto para la educación, cuyo fin es formar profesionales altamente competentes, que posean un bagaje de conocimientos y herramientas para entrar a un mundo que exige cada vez más de sus aptitudes. En este sentido, el rendimiento viene a ser la satisfacción de la expresión de

aptitudes y de características psicológicas del educando desarrolladas en el proceso de enseñanza aprendizaje que le permite alcanzar un nivel de funcionamiento y logros académicos a lo largo de un período, año o semestre, que se sintetiza en un calificativo cuantitativo final por parte del evaluador (Chadwick, 1979).

1.10. Consideraciones del Bienestar Psicológico

Aunque el interés por el bienestar psicológico ha existido desde larga data, no existe una noción definida del mismo. El bienestar psicológico es un concepto surgido en Estados Unidos que se fue precisando a partir del desarrollo de las sociedades industrializadas y del interés por las condiciones de vida. Durante mucho tiempo se creyó que el bienestar psicológico estaba relacionado sólo con variables objetivas como la apariencia física y la inteligencia, pero hoy se sabe que está más vinculado con otras de nivel individual y subjetivo (Diener, Suh y Oishi, 1997).

El bienestar psicológico es un concepto complejo que ha sido empleado de un modo impreciso en relación con otros como satisfacción vital y calidad de vida. Horley y Little (1985) diferencian el bienestar psicológico, definiéndolo como percepción subjetiva, estado o sentimiento positivo; la satisfacción es entendida como la gratificación proporcionada por los proyectos personales; mientras que la calidad de vida es el grado en que la vida es percibida favorablemente. Consideran que se lo puede medir a través de algunos de sus componentes, afectos y cognición, los cuales tienen que ser examinados en diferentes contextos tales como familia y trabajo.

Para Diener (1994) la definición del bienestar va a estar relacionada con su medición, donde reconoce tres características: subjetividad, presencia de indicadores positivos y no solo la ausencia de factores negativos, y una valoración global de la vida. Un alto bienestar depende de una apreciación positiva de la vida que perdura a lo largo del tiempo, y el bajo bienestar depende del desajuste entre expectativas y logros. La satisfacción vital es el juicio global que una persona hace sobre su vida como un todo, mientras que el componente hedonista del bienestar es la mayor presencia de afectos

positivos en relación con otros displacenteros, determinados por la apreciación continua de hechos placenteros.

Teniendo en cuenta los aspectos del bienestar señalados por Ryff se puede plantear qué el sujeto debe atravesar numerosas situaciones de cambio con relación a sí mismo y al entorno lo que incide en su auto-apreciación y en el empleo de recursos para enfrentar las nuevas circunstancias desde lo intrapsíquico y lo interpersonal. Desde un enfoque salugénico interesa no solo la identificación de los denominados factores de riesgo, sino también de aquellos factores protectores de la salud, de allí el interés en las estrategias de afrontamiento. Estos factores protectores operan como barreras evitando que las situaciones estresantes afecten al sujeto; por medio de la identificación y análisis de las estrategias de afrontamiento que se corresponden con un elevado nivel de bienestar psicológico se pueden hacer inferencias sobre cuáles serían los llamados factores protectores de la salud que conlleven al educando por aprendizajes significativos, es decir, por formaciones razonables (Solano, Casullo, 2000).

CAPÍTULO 2.

FORMACIÓN DOCENTE

- 2.1. Proceso de la Formación Docente

- 2.2. Formación Docente

- 2.3. Saber Pedagógico

- 2.4. Modelos Innovadores de la Formación Docente

- 2.5. Formación Docente a Nivel Nacional

- 2.6. Políticas De Formación Docente En México

- 2.7. Formación Docente en la Escuela Normal
 - 2.7.1. Antecedentes
 - 2.7.2. Modelo Educativo

- 2.8. Formación Docente en la UPN
 - 2.8.1. Antecedentes
 - 2.8.2. Modelo educativo

CAPÍTULO 2: FORMACIÓN DOCENTE

La creciente importancia dada al enfoque de competencias en la formación del profesorado se deriva de la mayor consideración de su trabajo como una profesión que posee un perfil profesional específico y distinto al de otros profesionales. Una aportación importante para conceptualizar lo que significa entender la práctica de la enseñanza como una profesión, y derivar de ahí las implicaciones para la formación, procede de los estudios hechos a partir del trabajo de Schön (1992) sobre el profesional reflexivo.

Por lo antes mencionado Pavie (2011) concluye que el sistema “funciona” con este perfil de profesor que no reflexiona sobre sus prácticas y que, más bien, es una “máquina repetidora” que de todas maneras proporciona respuestas a los requerimientos de los alumnos en situaciones de enseñanza y aprendizaje contextualizadas. En consecuencia, el ejercicio de la docencia bajo estos parámetros suscita la necesidad de la práctica reflexiva en el oficio de enseñar. Implica, además, el buen conocimiento de los contenidos a enseñar y de su didáctica, pero también conocimiento de la profesión y de sí mismo.

Cabe mencionar que la calidad en la educación depende en buena medida de los docentes, la Oficina de UNESCO (2017) desarrolla de conjunto iniciativas con las autoridades educativas nacionales actividades relacionadas la formulación, planificación y gestión de prácticas de políticas y sistemas eficaces para formar suficientes docentes debidamente calificados para promover una educación de calidad para todos, cabe recalcar que es de suma importancia conocer la formación docente por ello es que en este apartado se constituye por el Proceso de la Formación Docente, la Formación Docente, el Saber Pedagógico, los Modelos Innovadores de la Formación Docente, la Formación Docente a Nivel Nacional, las Políticas De Formación Docente En México, la Formación Docente en las dos instituciones (Normal y UPN) abarcando sus antecedentes y su modelo educativo.

2.1. Proceso de la Formación Docente

La formación docente se constituye en un proceso, necesario para garantizar la adecuada preparación de los profesionales. Esta demanda en los momentos actuales está condicionada por un auge creciente de la matrícula, el cambio de estrategias de formación ante las nuevas necesidades de sistematización del conocimiento, que cada vez se renueva con mayor velocidad y complejidad. Los cambios en el contexto social y universitario han connotado la necesidad de utilizar alternativas para cubrir la docencia con profesionales no capacitados para tal propósito, y además se exigen nuevos roles y tareas al profesor ante la complejidad del proceso formativo (Flores, 2010).

Para Ferry (1990) el hablar de la formación implica incursionar en un campo polémico y en términos teóricos, aún en construcción. Se alude a la formación escolarizada para representarla como lo más acabado; sin embargo, la formación es un proceso que rebasa este ámbito. Implica una construcción permanente del sujeto sobre sí mismo; es la posibilidad de incorporar los productos que la cultura pueda ofrecerle. Formarse es una dinámica de desarrollo personal que consiste en tener aprendizajes, hacer descubrimientos, encontrar gente, desarrollar capacidades de razonamiento y es también descubrir las propias capacidades y recursos.

Además, Millán (2000) refiere que la formación de profesores de educación es identificada históricamente como tarea del estado, y como uno de los campos más atendidos por la política educativa, por ello las adecuaciones realizadas en las escuelas normales responden a las transformaciones del nivel de educación básica; a su vez, estas adecuaciones se realizan por los cambios suscitados en la sociedad misma. La formación que se ofrece en las escuelas normales se ha caracterizado por tender a homogenizar prácticas y discursos. Tales discursos y prácticas se apegan a modelos metodológicos únicos que la modernidad ha implantado.

En relación a lo anterior la formación de maestros confluyen dos enfoques para orientar las concepciones, acciones y modelos pedagógicos a seguir: el positivista y el humanista. Al parecer, ha ganado más terreno el primero y, por ello, la persistencia de ciertos estereotipos en los modelos de formación. Estos modelos no han sido construidos al margen de los actores principales; se han impuesto bajo tensiones, consensos y rupturas. El cómo pensar la formación y sus estrategias ha sido prioridad para diversos actores y en diferentes contextos. Resultado de ello son los modelos construidos, mismos que se caracterizan por un mayor énfasis en los aspectos técnicos que en los teóricos.

Además de ese énfasis en los espacios de las escuelas se puede observar también la importancia otorgada a la planeación, mayor que a cualquier otro acontecimiento académico en la vida cotidiana de éstas. La tensión que se genera entre el deber ser y el ser es una de las cuestiones más difíciles de resolver; sin embargo, en el discurso se plasman perfiles demasiado idealizados, a sabiendas que ser maestro no es cuestión de definiciones operativas, y esto lo saben muy bien los profesores de los diversos niveles. Algunos profesores que aspiran a reivindicar la razón humana, opuesta a la instrumental, se enfrentan con el dominio de criterios que apuntan a fortalecer esta última (Carvajal y Badilla, 2016).

La formación normalista afronta retos y exigencias, ante una cultura magisterial acuñada y alimentada desde un imaginario institucional entendiéndolo como depositario de algo producido en otro lugar se le demanda estar a la altura de los cambios científicos, tecnológicos y sociales. Con esto último se advierte que el panorama sobre el normalísimo no es muy halagador, incluso algunos consideran que está en crisis (Galván, 1999). Las escuelas normales enfrentan el reto de justificar su existencia ante el descenso de la matrícula, o el cuestionamiento que se les hace sobre cuáles la disciplina motivo de su especialidad profesional.

la formación de docentes para Pineda (1998) lo ha distinguido por variaciones en el discurso, en la racionalidad imperante, financiamiento y en su organización técnica, donde la formación se puede conocer desde análisis discursivos hasta diversos ámbitos

de la vida cotidiana escolar, es decir los trabajos realizados en este campo temático suelen sustentarse en perspectivas disciplinarias específicas, enfocadas desde diversas escalas de la realidad social. En cada una de ellas se trata de analizar la formación poniendo el énfasis en alguna parte, sea en el currículo, los objetivos de la formación, los docentes, las relaciones institucionales o, en menor caso, los significados particulares de los sujetos que ejecutan y reciben la acción.

En las instituciones antes mencionadas se puede decir que son el escenario donde confluyen propósitos, proyectos y expectativas de los sujetos que le dan existencia. Se construyen representaciones sociales en todos y cada uno de los participantes, derivadas de las prácticas que realizan. Así, la idea de realidad y de conocimiento apropiada por cada uno de los actores que intervienen en el proceso propiciará determinadas prácticas educativas. La idea de realidad es un eje de análisis en cualquier investigación. La realidad puede ser representada como algo cuestionable, que parece ser un valor entendido por todos o de la que se puede dar cuenta por la experiencia sensible durante el proceso del estudiante.

2.2. Formación Docente

La batalla mundial por universalizar y mejorar la calidad de la educación convoca a comenzar con la calidad en la formación docente. En gran medida, el desarrollo de las personas a través de procesos educativos de elevada calidad depende de las características de sus educadores. En la historia de los sistemas educativos, la formación y el perfeccionamiento docente han sido y serán parte determinante de lo que se pretende que sea la Educación. La mirada a la calidad de la formación docente en nuestros respectivos países, revela que ésta no responde a los requerimientos actuales de la educación en una sociedad en permanente y sostenido cambio (González, 2016).

El decir de Fullan “la formación docente tiene el honor de ser, simultáneamente, el peor problema y la mejor solución en Educación”, puede ser locomotora o contrapeso para los cambios que se aspira realizar, e influye sustantivamente en la dirección de los procesos

educativos. La Formación Docente alude al proceso por el cual el sujeto docente se forma y construye una manera peculiar de ser y actuar en su vida y también en el aula. La formación del docente como persona y como profesional es básicamente un proceso de crecimiento en profundidad, que parte de reconocerse y que, una vez iniciado, no tiene un punto de llegada (Barragán, 2016).

De igual manera menciona que es necesario planificar la formación docente a partir de las necesidades actuales y futuras del sistema educativo y definir el perfil del docente, de acuerdo a lo que la sociedad y el sistema educativo esperan de él, sus derechos y deberes. Ello implica redefinir el rol docente y su adaptación a los nuevos desafíos educativos en cuanto a competencias y habilidades, a modo de poder romper la coexistencia de un discurso innovador y una puesta en práctica aún conservadora. Se impone que el docente que egrese de su formación inicial no solamente conozca a fondo los campos de conocimiento ligados a su profesión, la didáctica y las ciencias de la educación, por lo general fragmentadas y además aisladas de los campos disciplinares, sino que también tenga la predisposición para la comprensión crítica en clave ética y compleja del contexto sociopolítico, económico y cultural nacional, regional y mundial.

Para González (2016) en los contextos de cambio actuales, con crecimiento exponencial y desde una perspectiva crítica de esa racionalidad, en lo que respecta a lo educativo, ya no alcanza con dominar los campos de conocimiento a enseñar y la dimensión pedagógico didáctica para su “transmisión”, sino que se requiere docentes autónomos, comprometidos con sus alumnos, con capacidad para identificar y definir problemas y buscar soluciones. La extensión de la formación inicial, la renovación curricular, las innovaciones en la práctica docente y el impulso a la formación permanente, constituyen algunas de las principales líneas de acción implementadas en el contexto latinoamericano en los últimos años.

La formación del docente demanda actualización, renovación y reafirmación formativa relacionadas con las actuales condiciones de la vida del docente y de la escuela en que enseña. El ajuste y la adaptación a esta nueva realidad suelen ir

acompañados de lo que Martino (1993) denomina aprendizaje de autorreflexión, que es un tipo de aprendizaje dirigido al cambio y al autodesarrollo, en lugar del prescriptivo y estructurado que se realiza. Hablar de docentes principiantes es reconocer en la formación de los docentes, tres momentos relacionados y, al mismo tiempo, diferenciados: la formación inicial, que se imparte en las universidades o institutos; la iniciación a la docencia, referida a los primeros años de ejercicio profesional y, por último, la formación permanente para docentes experimentados.

Los recién egresados se sienten librados a su propia suerte, mal preparados en su formación inicial y recibiendo escaso apoyo de parte de los otros miembros de la institución escolar en que se inician en la docencia. La transición del rol de estudiante al de profesor conlleva angustias que el joven docente deberá resolver en poco tiempo, a fin de conservar la ocupación y afirmarse como profesional en el campo para el cual fue formado (Martino, 1993).

De acuerdo con González (2016) el recién egresado debe recomponer e integrar el rompecabezas del conocimiento en sí mismo y la relación de éste con la intervención sobre la realidad en situación. Cuando termina la formación comienza a trabajar solo, aprende su oficio en la práctica y constata, en la mayoría de los casos, que esos conocimientos teóricos no se aplican fácilmente a la acción cotidiana. El docente que se inicia en el trabajo se enfrenta en soledad a dificultades, retos, cambios que le afectan y/o atañen a tres niveles: el nivel personal, el nivel del rol profesional y el de las relaciones interpersonales, es decir, se ve sometido a fuertes tensiones emocionales que pueden provocar sentimientos de inseguridad, falta de confianza en sí mismo.

Por lo antes mencionado es creíble que la formación docente debería ser “resistente a la práctica y permeable a ella”. Resistente, en relación a no someterse a los imperativos de la vida cotidiana en las instituciones, pero permeable en el sentido de dotar a los futuros docentes de esquemas conceptuales y prácticos que les permitan entender lo instituido y sus propios desempeños, para intentar realizar procesos instituyentes (Sánchez, 2012).

La Formación Inicial postula la necesidad de contar con una práctica intensiva y progresiva de los futuros docentes en instituciones escolares. Se espera que los docentes que egresen dominen métodos de enseñanza relacionados con los contenidos; competencias relacionales que habiliten para interactuar con todos los actores de la comunidad educativa, la familiaridad y manejo de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), sus propias capacidades de aprendizaje y la actualización permanente, que asegure competencias para la investigación y reflexividad en relación a su práctica docente (Torres, Gaona, Martínez, 2014).

La formación docente es clave para el proceso de construcción de la identidad docente. Por ese motivo, no debería reducirse ni al manejo de conocimientos disciplinares, ni de métodos, técnicas y dispositivos homogeneizantes, ni tampoco a la improvisación, sino a la configuración de un saber, con raíces tanto en el oficio como en la docencia como profesión reflexiva y crítica, sometido a sistemática evaluación, discusión y revisión. El pensar en los futuros docentes como potenciales agentes de cambios en lo educativo y en lo social, implica orientar su formación inicial y permanente bajo el principio de autonomía profesional, para que sean capaces de decidir con fundamento en situaciones prácticas caracterizadas por la incertidumbre, la singularidad y el conflicto, en las que participan personas concretas (Roman, 2012).

2.3. Saber Pedagógico

La sociedad se encuentra hoy en lo que se podría considerar como el tránsito de una sociedad industrial, de Estado centralizado, hacia una sociedad posindustrial globalizada, de Estado subsidiario. Junto a esto, emergen nuevos referentes para la construcción de la identidad personal y social, lo que conlleva nuevas formas de participación social. Con ello, se imponen nuevas demandas a la educación y particularmente a la escuela. Se espera que responda a criterios de calidad y competitividad, y que desarrolle competencias laborales acordes con el nuevo escenario económico-social, siendo monitoreada por sistemas estandarizados de evaluación de resultados. De igual modo, que asuma nuevos roles en la formación de valores, sexual y ciudadana. Lo anterior ha

puesto en tensión los significados tradicionalmente atribuidos a los roles de profesor y de estudiante, provocando una transformación de los sentidos (Garretón, 2000).

En nuestro país, las nuevas demandas exigen una profunda transformación de la profesión docente, la que debe ser repensada en términos de una nueva identidad profesional. De este modo, la renovación de la profesión docente pone en el centro de las preocupaciones la necesidad de identificar un conjunto amplio de nuevos conocimientos, capacidades, valores y prácticas que los profesores deben adquirir para ser profesionales efectivos (Pérez y Bustamante, 2012).

Los docentes generan teorías, como fundamento consciente o inconsciente de la práctica pedagógica, que pueden contribuir a la constitución de una base de conocimientos sobre los procesos que explican nuestra actuación profesional. Este reconocimiento constituye un nuevo referente, desde el cual se replantea el problema de la formación permanente del docente, como opción de su desarrollo personal y profesional; genera, además, un proceso reflexivo importante que, desde una postura crítica en relación con sus actuaciones, inicia una búsqueda de fundamentos para que las prácticas pedagógicas de los docentes tengan sentido y con ese proceso contribuyan a producir teorías que fortalezcan su ejercicio docente.

Ahora bien, se considera que esta realidad del docente como generador de conocimientos, cuando reflexiona desde su práctica, reconstruyéndola y resignificándola no ha sido estudiada de manera sistemática, amplia y suficiente en los escenarios educativos. Sin lugar a dudas, es una situación que debe ser examinada como consecuencia de las implicaciones que tiene, entre algunas, en las siguientes áreas: políticas de docencia del Estado, programas de formación docente de las universidades y ejercicio docente y práctica pedagógica en las instituciones educativas, etc. En consecuencia, se está frente a un vacío teórico en relación con el estudio sobre la construcción del saber pedagógico de los docentes.

Definiendo el saber pedagógico Díaz (2001) menciona que son los conocimientos, contruidos de manera formal e informal por los docentes; valores, ideologías, actitudes, prácticas; es decir, creaciones del docente, en un contexto histórico cultural, que son producto de las interacciones personales e institucionales, que evolucionan, se reestructuran, se reconocen y permanecen en la vida del docente. Esta definición propuesta por Diaz contiene tres entidades básicas: cognitiva, expresada en dos direcciones: formal e informal, afectiva, y procesual, la entidad cognitiva está referida a las formas y/o instancias desde las cuales se origina el saber y pueden ser, las formales; en este caso los estudios escolarizados o informales que corresponden a otros escenarios distintos a los escolares: laborales, religiosos, artísticos o en otros espacios de las sociedades intermedias; en esta entidad cognitiva está asociada a los contextos desde donde se origina ese saber y la entidad afectiva está referida a sentimientos, afectos y valores.

El docente se forma a partir de una persona que posee una antropología y una cosmovisión y en esa concepción son elementos constitutivos sus componentes afectivos que forman parte inseparable de su vida personal y actuación profesional. En esta entidad se integran los significados de las relaciones del docente con su comunidad pedagógica, constituida por otros docentes, directivos, estudiantes, padres y representantes; y demás personas vinculadas al proceso educativo. La entidad procesual denota flujos permanentes de interacción, construcción, reconstrucción, reconocimiento y permanencia que se dan al interior del docente, en un contexto histórico cultural, institucional y social que le sirven de marco (Díaz, 2006).

2.4. Modelos Innovadores de la Formación Docente

Así como el todo es más que la suma de sus partes, un modelo innovador es mucho más que la sola adición de un conjunto de aportes más o menos novedosos. Si se desea saber cuáles son las claves que hacen que una propuesta haya conseguido aportar elementos transformadores de forma exitosa mejorando de forma cuantitativa y cualitativa sus procesos y resultados, es necesario comenzar por lo más importante del mismo, y esto

no es más que la panorámica del modelo como un todo indivisible, desde esa perspectiva Campos y Korner (2006) han identificado cinco características globales de los modelos:

1. La existencia de una cultura innovadora la cual es entendida como el conjunto de actitudes, necesidades y expectativas, conocidas y compartidas por toda la comunidad escolar, que abarca a profesores, estudiantes, directivos, personal de administración y servicios, que hace que el centro tenga una actitud positiva hacia los procesos de cambio y se encuentre personalmente comprometida con la mejora del proceso formativo y sus resultados. La innovación es una actitud de la comunidad educativa, que le lleva a buscar alternativas frente a los constantes desafíos planteados y cuya mirada conjunta está más allá de una rutina cotidiana.
2. La contextualización de la propuesta en su institución de pertenencia, en su historia y en su entorno: Una segunda característica que define cada uno de los modelos analizados es que su propuesta está contextualizada en tres elementos: la institución donde se sitúa, su entorno social y geográfico, y su marco histórico. Así, los diferentes modelos están contextualizados en un entorno social y geográfico concreto, y sus propuestas dan respuesta a las necesidades y expectativas de ese entorno.
3. Íntima relación entre aportes pedagógicos y aportes organizativos: En todas las experiencias esta propuesta pedagógica ha exigido una nueva organización del centro más adecuada a las nuevas exigencias. Con ello se valida la idea de la necesidad de que las innovaciones estén sustentadas tanto en lo pedagógico como en lo organizativo. Lo pedagógico sin lo organizativo es inviable, y lo organizativo sin lo pedagógico es ineficaz.
4. La existencia de un marco teórico que orienta el diseño y la aplicación: Detrás de cada propuesta hay un concepto de docente, de sistema educativo y de sociedad surgido de las reflexiones colectivas y reflejadas en el conjunto de las propuestas

prácticas. De esta forma, cualquier aporte innovador tiene que hundir sus raíces en unos principios rectores y debe ser coherente con éstos.

5. Un enfoque de abajo hacia arriba: Para que un proceso de transformación pase de las palabras a los hechos y llegue a transformar realmente la propuesta de formación docente es necesario que la iniciativa, el impulso y la coordinación de los esfuerzos de cambio provengan del interior del centro.

Por otro lado, la Robles, Quintana y García (2012) la educación del país requiere la implementación de modelos que transformen las prácticas educativas tradicionales hacia aquellos con una visión renovada del quehacer docente; algunas de las características deseadas en los nuevos modelos se mencionan a continuación:

1. Centrarse en el aprendizaje, con la adopción del paradigma aprender a aprender y orientados a la solución individual y colaborativa de problemas mediante el juicio crítico, la exploración y el uso de diferentes perspectivas interdisciplinarias.
2. Considerar que el aprendizaje situado en contextos reales y por medio de la formación en la práctica o el servicio en la comunidad es más efectivo.
3. Incluir estrategias didácticas sujetas a los ritmos, condiciones y procesos de aprendizaje de los alumnos.
4. Aprovechar las tecnologías de la información disponibles en cualquier tiempo y lugar para la creación de espacios y comunidades virtuales de aprendizaje, es decir que sean aprendizaje en red.
5. Contar con sistemas de enseñanza donde converjan las fortalezas de las modalidades presencial, abierta y a distancia.

6. Desarrollar competencias en los estudiantes para adaptarse rápidamente a diferentes situaciones y contextos nacionales e internacionales, tales como el trabajo en equipo, uso de las tecnologías de la información y la comunicación, creatividad e innovación, pensamiento crítico y resolución de problemas, comunicación y colaboración, adaptabilidad, iniciativa y autonomía, entre otras, como complemento de los conocimientos disciplinarios.
7. Favorecer el aprendizaje a lo largo de la vida, el aprendizaje en cualquier momento y lugar.
8. Innovar el proceso de enseñanza-aprendizaje, permitiendo que en la comunidad educativa permee una cultura de colaboración y de responsabilidad en todo el contexto escolar, como génesis de una comunidad de aprendizaje.

Como se mencionó anteriormente, la educación del país necesita la implementación de modelos que logren transformar las prácticas educativas tradicionales. Actualmente, la gran mayoría de estudiantes reciben una formación instructiva no formativa, es decir, la oferta educativa sigue instruyendo a los alumnos para focalizar su atención en un examen y no en el verdadero aprendizaje. Por ello es necesario tomar en cuenta las características que pudieran tener los nuevos modelos para que la formación docente sea novedosa.

2.5. Formación Docente a Nivel Nacional

La formación que se ofrece en las escuelas normales se ha caracterizado por tender a homogenizar prácticas y discursos. Tales discursos y prácticas se apegan a modelos metodológicos únicos que la modernidad ha implantado. Buscar la receta de cómo ser maestro parece ser la tónica del enfoque positivista. En la formación de maestros confluyen dos enfoques para orientar las concepciones, acciones y modelos pedagógicos a seguir: el positivista y el humanista. Al parecer, ha ganado más terreno el primero y, por ello, la persistencia de ciertos estereotipos en los modelos de formación.

Para Galván (1999) la formación de docentes se ha distinguido por variaciones en el discurso, en la racionalidad imperante, financiamiento y en su organización técnica. La formación se puede conocer desde análisis discursivos hasta diversos ámbitos de la vida cotidiana escolar.

En el marco de lo planteado en las bases del Plan de Desarrollo 2010 - 2014, el Plan Sectorial de Educación y el Plan Nacional de Formación Docente (PNFD, 2014); el Programa de Formación Profesional de Docentes y Directivos Docentes se encarga de definir, gestionar e implementar acciones y proyectos que permitan fortalecer los procesos formativos de los docentes y directivos docentes, para mejorar la calidad de la educación preescolar, básica y media. Promueve desde los subprocesos de formación inicial y continua la calidad y pertinencia de la formación complementaria, de pregrado y postgrado de docentes en las Facultades de Educación y en las Escuelas Normales Superiores, con el fin de garantizar la articulación de éstas con los planes y políticas del Ministerio de Educación Nacional y el desarrollo de programas de formación, capacitación, actualización y perfeccionamiento de docentes en servicio, de acuerdo con las áreas prioritarias identificadas, haciendo seguimiento a las estrategias implementadas.

Desde lo expuesto, y bajo el principio de que "Una educación de calidad es aquella que forma mejores seres humanos, ciudadanos con valores éticos, respetuosos de lo público, que ejercen los derechos humanos y conviven en paz. Una educación que genera oportunidades legítimas de progreso y prosperidad para ellos y para el país. Una educación competitiva, que contribuye a cerrar brechas de inequidad, centrada en la institución educativa y en la que participa toda la sociedad" , se reconoce que el mejoramiento de la calidad de la educación implica coordinar acciones en la formación de los docentes y directivos, de modo que sus prácticas y actividades pedagógicas incidan en el desarrollo de competencias de los estudiantes, pero que también faciliten la reflexión sobre estrategias didácticas para la enseñanza y el aprendizaje de los mismos, y fomenten el desarrollo profesional de los educadores.

En las Escuelas Normales, los enfoques de formación y las perspectivas teóricas también han ido cambiando: la educación socialista, prevaleció casi hasta mitad del siglo XX, paralelamente se postulaban los principios pedagógicos de la escuela activa y funcional, posteriormente se hicieron presentes la teoría del capital humano y el marxismo, ya para los años 90 el modelo reflexivo cobró importancia en los planes y programas de estudios de las escuelas normales.

El proceso de profesionalización del magisterio ha sido enmarcado por los procesos históricos, políticos y económicos vividos en México, pues tanto la implantación de la educación socialista; el proceso de transformación de un país agrario a uno industrializado; la caída del Estado benefactor por la entrada del Modelo Neoliberal; las crisis económicas provenientes de la devaluación del peso y en consecuencia la caída del salario; la globalización; la competencia, han marcado el rumbo de la educación en México y por ende la de la profesión de los maestros.

Las Escuelas Normales han sido y siguen siendo de vital importancia para la formación de profesores en México, los cuales son capacitados principalmente para incursionar profesión laboralmente en el nivel de educación. Por otro lado, las Universidades Pedagógicas se han implementado como una estrategia para especializar y poder mejorar la formación inicial y permanente de docentes, fortalecer la investigación académica como un medio para resolver problemas educativos y servir a la vez como referente cultural en las sociedades donde se desempeñan.

Aunque existen en la región varias instituciones educativas con el nombre de Universidades Pedagógicas, las más importantes por su presencia nacional e internacional, número de estudiantes y docentes, carreras de pregrado y postgrado que atienden son: UPN México, UPN Colombia, UPNFM Honduras; Universidad Pedagógica Experimental Libertador UPEL, Venezuela; Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación. UMCE, Chile; y los Institutos Superiores Pedagógicos. ISP, Cuba; que por su nivel de desarrollo académico y su experiencia, lideran la Red KIPUS, esta red es un

espacio abierto para intercambiar información, debatir, generar proyectos, políticas de formación y propuestas conjuntas.

2.6. Políticas de Formación Docente en México

Las políticas de formación docente de la Universidades Mexicanas deberán redefinir una gestión orientada a los procesos educativos y formativos en docencia e investigación. Si bien los modelos educativos de las Universidades establecen la innovación de los procesos de enseñanza aprendizaje y sitúa al estudiante como principal eje del proceso educativo, en los últimos años ha puesto un especial énfasis en la formación docente dado que es un eje fundamental y estructural del funcionamiento de los sistemas educativos. Por ello la formación docente en la educación superior debe ser planteada en políticas sólidas en cuando menos tres áreas: competencias personales, competencias sociales, competencias docentes e investigativas.

Así mismo los modelos educativos de las instituciones de educación superior deberán articular el proyecto educativo de formación de la docencia, como una forma de servicio individualizado que requiere de los docentes profundos conocimientos y un saber especializado; además un sentido de responsabilidad personal e institucional en la tarea de proporcionar educación y bienestar a sus estudiantes y a la comunidad en general así como alcanzar altos niveles profesionales en las actividades de estudio y de investigación (Soto, Hernández y Carrillo, 2013).

Se señalo en el programa estratégico ANUIES (2000) para el desarrollo de la Educación Superior que “Se requiere que las Instituciones de Educación Superior (IES) pongan en marcha sistemas en relación con los roles que habitualmente han desempeñado los profesores”, que deberá contemplarse una importante transformación, de manera que ya no sean conferencistas o expositores, si no guías que conduzcan los esfuerzos individuales y grupales para el auto aprendizaje por parte de los alumnos, personas que los conduzcan a la investigación y o a la práctica profesional y ejemplos de compromiso con los valores académicos, humanistas y sociales que las IES promuevan, como se

observa el reto no es simple, ni para las IES ni para los profesores, quienes tienen que responder a las demandas del sistema educativo, de los estudiantes y del entorno.

2.7. Formación Docente en la Escuela Normal

Los autores Greybeck, Moreno y Peredo (1998) entienden la formación docente como la preparación profesional para la docencia en algún nivel o área educativa, la cual se formaliza a través de la obtención de un título de licenciatura. En México esta formación profesional, realizada históricamente en las escuelas normales, ha pasado por diferentes etapas, desde el “cómo hacer” con planes de estudios a partir de la técnica de la enseñanza hasta al decreto del Acuerdo 649, por el que se establece el Plan de estudios para la formación de maestros de educación primaria 2012, que busca el desarrollo de competencias genéricas y profesionales para la docencia.

Ahora bien Maya (2010) aborda que el desarrollo de las competencias como parte de la estandarización curricular que proponen para la educación superior, con el fin de formar profesionales innovadores en la sociedad del conocimiento, se recupera en el modelo al dar respuestas a las importantes demandas y desafíos educativos de un mundo global, diverso e interconectado por medio de un modelo de formación profesional orientado por el desarrollo de competencias, que tome, promueva y movilice al maestro como profesional crítico e innovador. En concreto como un profesional del aprendizaje en y para la sociedad del conocimiento, así mismo se mencionan ocho competencias que propone este modelo para “organizar los programas de formación” y definir el desempeño de los futuros maestros, son las siguientes:

1. Planear, guiar y evaluar situaciones auténticas de aprendizaje.
2. Participar en actividades de colaboración y trabajo institucional.
3. Tomar parte de manera comprometida y responsable en actividades sociales, colaborativas y comunicativas.
4. Realizar actividades de generación, uso y transferencia del conocimiento en el campo educativo.

5. Construir, desarrollar, participar y evaluar proyectos de innovación educativa.
6. Actuar intencional y con autonomía (cognitivo-motivacional-afectiva) en la solución de problemas educativos.
7. Actuar con apego a normas éticas y de compromiso de la vocación e identidad docente.
8. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) para el desarrollo profesional

Las escuelas normales son consideradas instituciones de educación superior, pero la percepción de la sociedad y de otras profesiones es diferente, ya que un gran porcentaje de sus egresados han obtenido resultados bajos durante la aplicación de los exámenes de oposición, lo cual podría ser un indicador del bajo nivel académico y de la falta de preparación actualizada de quienes tienen a su cargo la formación de los nuevos profesores que se encargaran de impartir clases en educación básica (Zamudio, 2015).

2.7.1 Antecedentes

Las Escuelas Normales en México hoy en día, forman parte de un conjunto diverso de establecimientos, dedicados a la preparación de docentes, que a lo largo de nuestra historia se han creado y desaparecido, crecido y reducido en número en cuanto a su matrícula escolar y su presupuesto. Según su nivel educativo, se dividen en: normal preescolar, primaria y superior; además de éstas existen otros dos tipos de escuelas que preparan profesores especialistas, una para niños discapacitados y otra para educación física.

Las normales se clasifican, si se atienden al financiamiento, en públicas, que pueden ser federales, estatales, incorporadas y transferidas (las federales que, a partir del 18 de mayo de 1992, se transfirieron por acuerdo del ANMEB a los gobiernos estatales); y las sostenidas por la iniciativa privada. Por la organización escolar, pueden ser normales escolarizadas, semiescolarizadas y abiertas o intensivas. Si se atiende a su ubicación se clasifican en: urbanas o rurales (Meneses, 1999).

Es importante reconocer el esfuerzo realizado por algunas escuelas normales, durante este tiempo, para alcanzar a cubrir las condiciones de desarrollo de otras instituciones de educación superior. Sin embargo, es necesario que se respete su identidad histórica para que puedan desarrollar modelos institucionales propios, mucho más vinculados con sus aspiraciones locales y regionales, así como sus compromisos futuros. A pesar de las políticas para el sector normalista y del programa de fortalecimiento de la educación normal, el sistema no ha avanzado en el despliegue de las funciones que tiene asignadas como institución de educación superior, particularmente en materia de investigación. Esta situación se puede comprender debido a la carencia de formación del personal académico para desarrollar estas actividades.

Actualmente, es necesario reconocer que las escuelas normales necesitan transitar hacia un nuevo modelo formativo; hacia la redefinición de lo que significa la educación superior y de la responsabilidad social que tienen en materia de formación de profesores. Es importante que las escuelas normales se vinculen con el sector universitario y la Universidad Pedagógica Nacional, cuyo origen estaba dirigido hacia la profesionalización de los profesores, aludiendo a esta última (UNAM, 2012).

2.7.2 Modelo Educativo

Las licenciaturas que se ofrecen en la Escuela Normal están orientadas en un enfoque basado en competencias con énfasis en la reflexión y mejora, atendiendo las brechas de calidad que inciden en el logro de las metas académicas de la escuela Normal y en las nuevas políticas educativas donde se enmarca la visión al 2013, la cual está sustentada en una posibilidad educativa con calidad y eficiencia, cuyos principios éticos se asumen a los criterios que la misma profesión establece como; la responsabilidad, tolerancia y apego a la verdad.

Este Modelo Educativo tiene como sustento criterios académicos que permiten el desarrollo de capacidades reflexivas y críticas, enfocadas a un continuo mejoramiento de la práctica mediante el quehacer del propio docente y de los estudiantes en formación,

teniendo no solo los contenidos epistémicos de cada asignatura, sino también el constante desarrollo de nuevas habilidades y capacidades, la adquisición de información innovadora, el fortalecimiento de valores y actitudes, así como un aprendizaje contextualizado que permite diversificar sus acciones al interior de las aulas.

En una investigación la UNAM (2012) menciona que México lleva más de 20 años estableciendo diversas políticas y programas de evaluación con el propósito central, de acuerdo con su discurso, de incrementar su calidad. Desde su inicio los programas tuvieron como una de sus finalidades enfrentar la pérdida del poder adquisitivo de los salarios mediante estímulos económicos diferenciados. Así, la evaluación es un mecanismo para el acceso a recursos extraordinarios, herramienta para la rendición de cuentas o medio para lograr diferenciar sujetos e instituciones. Los efectos generados y documentados por la investigación educativa hacen inaplazable la revisión de estas políticas y las prácticas establecidas en las últimas dos décadas.

Los diferentes programas de evaluación han adquirido una complejidad que trasciende a la propia tarea de evaluar. Esta complejidad es producto de múltiples tensiones entre los modelos de evaluación para la gestión y los modelos de evaluación para la retroalimentación; en la práctica han predominado los primeros en detrimento de los segundos. De igual forma compiten entre sí la orientación de la evaluación en el sistema educativo para la toma de decisiones y aquella dirigida a la mejora de los procesos evaluados.

Por todo lo anterior, es urgente aplicar medidas concretas en beneficio del sistema educativo para reorientar la forma en que hasta ahora ha prevalecido la evaluación:

- Generar un sistema ordenado y coherente para la evaluación, acreditación y certificación de distintos aspectos de la educación, que redunde en una efectiva mejora de la calidad educativa y recupere la diversidad y heterogeneidad local de los actores, de las disciplinas y las misiones institucionales.

- Transformar el uso que se brinda a la evaluación como principio de competencia asociado a la entrega de recursos financieros y remuneraciones para sustentarlo en su carácter formativo, dirigido a identificar los principales rezagos y problemas, así como las estrategias que resulten pertinentes para solucionarlos.
- Revisar los indicadores de los distintos procesos de evaluación apropiados a la realidad social, cultural y económica del país, así como a su heterogeneidad.
- Consolidar una orientación de las acciones de evaluación hacia el mejoramiento de la calidad y no hacia rutas alternas de financiamiento especial o adicional.

El propósito de la evaluación para la mejora del sistema educativo, planteado originalmente, se desdibujó en parte por la acumulación de múltiples propósitos. Una propuesta sólida para el sistema educativo reclamaría reconstruir desde su base la actividad de evaluación de la educación. Sin perder de vista la necesidad que tiene el sistema de contar con elementos para la toma de decisiones, se requiere priorizar el sentido pedagógico-didáctico de la evaluación buscando, en primer término, contar con elementos que permitan retroalimentar el sistema.

Por consiguiente, Hernández (2018) expresa que, en agosto próximo, se pondrán en marcha nuevos planes de estudio de las escuelas normales, acordes al Nuevo Modelo Educativo de educación básica. En la presentación de los avances en la Estrategia de Fortalecimiento y Transformación de las Escuelas Normales el secretario de Educación Pública. La gran diferencia en los próximos años en la transformación educativa, en la Reforma Educativa en general y en muchos de sus componentes entre ellos las normales va a depender centralmente de la eficacia y el éxito con la que se haga la gestión estatal en cada uno de estos componentes. La transformación se contempla en seis ejes los cuales son Transformación pedagógica, Educación indígena, Aprendizaje del inglés, Profesionalización de la planta docente y Estímulos de excelencia.

“La estrategia esencialmente se ha propuesto detonar una amplia variedad de cambios organizacionales, curriculares y de fortalecimiento de la planta docente que permitan al país caminar hacia un nuevo modelo de educación normal afín por supuesto al Nuevo Modelo Educativo en la educación básica”, el secretario Granados consideró que esta estrategia permitirá a las 263 normales públicas y 183 particulares del país mejorar sus estándares y práctica docente, con un plan de estudio vigente que permite formar a los docentes de nuestra nación.

2.8. Formación Docente en la UPN

El Programa de Nivelación Profesional para Docentes en Servicio de la UPN, se genera como una contribución importante de la Unidad Ajusco, pero descansa fundamentalmente en las Unidades UPN de todo el país. Con las licenciaturas de nivelación, la UPN ha contribuido a solucionar las problemáticas a nivel local, regional y nacional, que hoy demandan un docente con saberes profesionales y habilidades específicos requeridos para el ejercicio profesional de la docencia. Con la finalidad de continuar atendiendo a los docentes en servicio que no cuentan con estudios de licenciatura, desde 2017 se ofrecen cuatro licenciaturas que responden a cada uno de los niveles educativos en los que se intervine la Educación Inicial y Preescolar, Educación Primaria, Educación Secundaria y Educación Media Superior.

En 2014 se definió un programa de trabajo junto con las Unidades UPN de todo el país que, a través del trabajo colegiado, hizo posible la construcción de programas académicos para consolidar la articulación nacional. Este contexto brindó a la UPN la oportunidad para optimizar las ventajas de su ubicación geográfica y su estructura académica nacional. A solicitud de la SEP, la UPN inició la oferta nacional de formación continua con el Diplomado para la Formación de Tutores; en 2014 se formó a 10 mil 081 tutores, lo que significa 100% de estos profesionales. En 2015, 16 entidades federativas solicitaron la oferta de formación UPN y se atendieron 18 mil 463 docentes, directivos y tutores (UPN, 2018).

El desarrollo de los programas de nivelación se inició con una clara inexperiencia institucional en el manejo de los sistemas a distancia y semiescolarizado, que se expresaba, entre otras cosas, en la carencia de una cultura adecuada, por parte del profesor-alumno, para estudiar en estas modalidades (hábitos de estudio, disciplina para el trabajo académico, constancia, organización del tiempo, hábitos de lectura y escritura, entre otros), y la inapropiada organización de los círculos de estudio y trabajo colegiado, lo que propició la escolarización de los servicios, con la consecuente distorsión de las modalidades y de los mecanismos de asesoría, así como un importante fenómeno de deserción escolar (Castañeda, Castillo, Moreno, 2013)

Por otra parte, la cobertura nacional de la UPN le había permitido, hasta hace algunos años, tener un impacto importante con sus ofertas de nivelación, actualización y superación profesional. Sin embargo, con el Acuerdo Nacional para la Modernización de la Educación Básica (ANMEB, 1992), que transfiere a los gobiernos de los estados la administración de las 68 Unidades de la Universidad, estas ofertas entran en un proceso de desarrollo desigual, debido en parte a la falta de una normatividad que regule su participación en el sistema de formación de docentes de educación básica, aunado a situaciones de orden político que favorecen u obstaculizan la mayor o menor presencia de las Unidades en las decisiones en materia de formación en cada estado.

2.8.1. Antecedentes

La Universidad Pedagógica Nacional es una institución pública de educación superior, creada por decreto presidencial el 29 de agosto de 1978. Tiene la finalidad de formar profesionales de la educación en licenciatura y posgrado para atender las necesidades del Sistema Educativo Nacional y de la sociedad mexicana en general; ofrece, además, otros servicios de educación superior como diplomados y cursos de actualización docente, realiza investigación en materia educativa y difunde la cultura pedagógica, la ciencia y las diversas expresiones artísticas y culturales del país.

En 1992, por instrucciones del Acuerdo Nacional para la Modernización de la Educación Básica, publicado el 19 de mayo de ese año en el Diario Oficial de la Federación (DOF), las Unidades UPN que se encuentran fuera de la Ciudad de México pasaron a depender financiera y administrativamente de los gobiernos de los estados respectivos. Sin embargo, la autonomía académica que permite a la Rectoría y al Consejo Académico, órganos de gobierno establecidos en la Unidad Ajusco, regir sobre oferta, actualización, innovación, creación y diseño de los programas académicos, de investigación y de difusión, continúa unificando los planes y programas de estudio de las Unidades UPN en todo el país, y hace posible la relación académica con las tres Universidades Pedagógicas Estatales en Chihuahua, Durango y Sinaloa.

La UPN es la institución pública más importante de México en la formación de cuadros especializados en el campo educativo. La planta académica de la UPN en todo el país, genera conocimientos, estrategias y modelos pedagógicos para comprender y transformar la educación. El lema que distingue a nuestra Institución es: EDUCAR PARA TRANSFORMAR. Actualmente las Unidades UPN se relacionan académicamente con los órganos de gobierno, estableciendo el carácter nacional de la institución en la definición de procesos académicos como La aprobación de planes y programas de estudio, el otorgamiento del año sabático, el proceso de ingreso y promoción del personal académico a través de la Comisión Académica Dictaminadora.

Las Unidades UPN han generado diversos programas de posgrado. A partir del año 1992, han ofrecido programas de especialización, maestría y doctorado. Por otro lado, desde el 2002, han conformado Redes, por campo educativo, con las que se busca, entre otros propósitos, fortalecer la planta académica de las Unidades, consolidar vínculos académicos entre la comunidad UPN, crear espacios de intercambio y favorecer la investigación educativa (UPN, 2018).

2.8.2. Modelo Educativo

Manifiesta Laureate (2016) que para la formación de los estudiantes se propone un modelo educativo basado en competencias y centrado en el estudiante el cual se convierte así en la filosofía educativa de la UPN, de la que se desprenden líneas de acción, objetivos, metas, planes y metodologías. Este modelo, a su vez, se sustenta en los principios educativos que orientan el trabajo del estudiante: aprender a aprender, aprender a pensar, aprender a hacer y aprender a vivir.

1. Aprender a aprender, es desarrollar a través del descubrimiento, la creación y la invención una nueva visión de las cosas y de la vida. Para esto debemos lograr que el estudiante sea capaz de desaprender lo aprendido, asimile lo novedoso, despliegue un aprendizaje autónomo que le permita enriquecerse personal y profesionalmente y se comunique de manera efectiva con el mundo interno y externo. Debemos asegurar una cultura del autoaprendizaje.
2. Aprender a pensar, es promover en la persona el sentido de la autonomía y la gestión de su propio desarrollo. Para lograrlo, es indispensable que el estudiante busque y encuentre una visión clara de sus objetivos y tenga la capacidad de actuar hacia la consecución de los mismos, a la vez que sea flexible para cambiar la acción y actúe con un pensamiento crítico que le permita ver cuándo y cómo alcanza sus objetivos. Debemos asegurar una cultura de la autonomía.
3. Aprender a hacer, supone alcanzar un manejo pertinente de las competencias que exige su carrera haciendo evidente el logro del aprendizaje en la solución de problemas en base a experiencias concretas, enfatizando la creatividad y el uso de diversas herramientas tecnológicas. Debemos asegurar una cultura basada en la calidad del desempeño.
4. Aprender a vivir implica el descubrimiento del propio yo, del otro y de la sociedad: “aprender a ser y aprender a convivir”. Para conseguir este fin, es fundamental

promover en el estudiante la importancia de buscarse y hallarse a sí mismo, explotar sus dotes de líder, valorar su capacidad para resolver problemas y tomar conciencia de su ser socialmente responsable. Es decir, debe interiorizar una voluntad de trascendencia personal.

Universidad Privada del Norte (2011) el Modelo UPN entiende al estudiante como un sujeto en la plenitud de su desarrollo individual, motivado por un espíritu de autoaprendizaje y emprendimiento permanente, convirtiéndose en un solucionador de problemas capaz de dominar las destrezas tecnológicas y competencias generales de la carrera profesional que ha elegido. Orienta su vida futura hacia su inserción en el mundo del trabajo y la empresa con un carácter competente y proactivo, su accionar sigue los criterios de eficiencia, productividad, calidad y excelencia, dentro de un marco de valores humanistas y responsabilidad social que le lleven a asumir su vocación y su carrera con un propósito de participación social responsable y una filosofía coherente de vida.

El estudiante debe ingresar con un nivel previo de información sobre la disciplina o especialidad a la que postula. Este se enriquecerá durante la carrera siempre en base a una exigencia hacia la calidad y excelencia. El estudiante universitario necesita hallarse informado también, en forma consistente y actualizada, acerca de la realidad nacional y mundial tanto económica como política, evaluando realidades problemáticas de diversa índole en diferente tipo de organizaciones y proporcionando alternativas al respecto en trabajos académicos de carácter individual y grupal. Este proceso exige el desarrollo de habilidades de aprendizaje, destrezas de creatividad y comunicación, maduración psicológica, motivación, liderazgo, manejo de otro idioma, valores éticos sociales y actitud científica. Ante todo, el propósito es que reconozca la importancia de asumir una visión de sentido empresarial y la aplique en un desarrollo personal competitivo y proactivo, siempre con una apropiada actitud ética (Laureate, 2016).

Un objetivo institucional trascendente es que el egresado logre una inserción profesional con estándares positivos de empleabilidad hacia su inserción laboral profesional y plena en el mercado de trabajo a través de un perfeccionamiento y actualización permanentes.

A esto se une la imperiosa necesidad de que el estudiante haga evidente su manejo de competencias y actitudes que lo conduzcan de modo independiente a la generación individual de empresas e ideas empresariales (Universidad Privada del Norte, 2011).

Finalmente, es viable una participación consistente del estudiante en la institución, esta participación no solo incluye las acciones académicas sino también procesos de gestión y responsabilidad social, así como actitudes de proactividad, emprendimiento y creatividad, así también tener conocimiento de las formas de educación que se tiene en cada institución y todo lo que integra un bienestar estudiantil. De esta manera, se alcanzará el propósito de formar estudiantes motivados con su universidad y su entorno, es por ello que es importante conocer lo que es el bienestar psicológico y posterior a ello el proceso que lleva un estudiante y como el entorno influye en su desarrollo y desempeño.

PARTE 2.

MÉTODO

MÉTODO

Objetivos General

Objetivos Específicos

Planteamiento

Justificación

Tipo de estudio

Variables

Población

Instrumento o técnica

Diseño de la investigación

Captura de la información

Procesamiento de la información

PARTE 2. MÉTODO

En este apartado se sientan las bases teóricas del proceder investigativo de esta tesis, en la cual se muestra las esencias de las técnicas, instrumentos, tipo y diseño de la investigación.

Objetivo General

- Conocer el Bienestar Psicológico de los alumnos de dos instituciones formadoras de docentes de Tejupilco Estado de México, 2018.

Objetivos Específicos

- Identificar el nivel de bienestar psicológico en alumnos de la UPN.
- Identificar el nivel de bienestar psicológico en alumnos de la escuela Normal de Tejupilco.
- Describir el nivel de bienestar psicológico de los alumnos de ambas instituciones.

Planteamiento del Problema

El interés surge para comprender los aspectos que subyacen a las fortalezas, virtudes y las relaciones positivas que el ser humano relaciona con el estudio, al tener conocimiento de ello nos va a permitir adentrarnos al bienestar de los estudiantes. Durante la formación estudiantil se emprende un grado de complejidad en el proceso de adaptación y permanencia relacionado a las dimensiones que prevalecen en el entorno académico como lo son la autoaceptación, crecimiento personal, propósito en la vida, relaciones positivas, dominio ambiental y autonomía lo que nos conlleva a desarrollar un nivel de bienestar cuya relación es evidente en otras realidades y la problemática va en aumento. Por ello cuando los estudiantes no tienen un propósito de vida desarrollan una no aceptación de sí mismo, su sentido de crecimiento personal o compromiso y el establecimiento de buenos vínculos personales o relaciones positivas no son los viables.

Contrario a lo antes mencionado Díaz (2006) define el bienestar psicológico como el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, donde el individuo muestra indicadores de funcionamiento positivo. Suscitando lo anterior el estudiante se encuentra constantemente en un balanceo de características negativas en diversas áreas de su desarrollo como persona la cual puede ser influenciada proyectando así un bajo rendimiento al no sentirse parte de la escuela.

La auto aceptación, es un factor que de igual manera prevalece en el estudiante, al encontrarse en un nivel negativo llevan al sujeto a no optimizar en una integración escolar con ello las repercusiones se hacen notorias a nivel personal por no adentrarse a la población estudiantil generando bajas calificaciones llegando posiblemente al punto reprobación, situaciones que posiblemente se estén presentando en ambas instituciones a estudiar. Debido a lo anterior y a la importancia de que todo alumno debe tener un bienestar psicológico, se plantea la siguiente pregunta de investigación, ¿Cuáles son los niveles de bienestar en el que se ubican los estudiantes de las instituciones UPN y Normal de Tejupilco?

Justificación

El objeto de estudio son los estudiantes que se forman para docentes en las escuelas Normal y UPN, es bien sabido que los estudiantes atraviesan formaciones distintas las cuales pueden ser positivas como negativas, sea cual sea el tipo de formación pueden tener repercusiones en el bienestar de los estudiantes, en caso de ser negativas pueden conllevar a una inestabilidad en niveles psicológicos. Por ello para evitar estas posibles formaciones de inestabilidad es necesario conocer los niveles de bienestar psicológico por los que atraviesa cada uno de los alumnos durante su formación, ya que de esto pueden surgir posibles repercusiones tanto a nivel personal como social.

Por lo antes mencionado es de suma importancia tener conocimiento de cada una de las instituciones, para ello en la escuela Normal tienen la misión de formar profesionales de la educación de manera integral con equidad y pertinencia social, que desarrollen prácticas docentes en valores específicos y su visión es la acreditación de sus programas educativos y la certificación de sus procesos educativos, que impactan a la educación básica media superior y superior, sustentada en docencia de alto nivel, investigación para la innovación de la práctica docente y difusión permanente de sus productos académicos, en el marco de su código de ética producto del compromiso profesional de su comunidad escolar.

En la UPN tienen la misión de transparentar y mejorar la gestión Institucional, con un enfoque preventivo, correctivo y con apego a la legalidad, para generar la confianza y credibilidad de la comunidad universitaria y como visión ser una instancia reconocida como una unidad ética, profesional, transparente, eficiente e impulsora de una cultura de legalidad con servidores públicos comprometidos que impulsen la rendición de cuentas y la prevención de la corrupción en las diversas áreas de la UPN. Por tales motivos la investigación se ha decidido llevar a cabo en estos contextos escolares puesto que este constituye una fuente para recabar la información necesaria para el desarrollo, maduración y salud además de que se tiene el conocimiento de que la institución UPN no fue creada directamente para formar a los estudiantes para dar clases.

Tipo de Estudio

Es una investigación cuantitativa porque se examinaron los datos de manera numérica, cuantificable y verídica, así mismo, será de tipo descriptivo en virtud de conocer el bienestar psicológico en el que se encuentran los estudiantes que se forman como docentes en las instituciones de la UPN y Normal de Tejupilco, en este sentido al ser una investigación descriptiva es opcional la hipótesis.

Variables

Bienestar Psicológico

El bienestar psicológico se define como el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, donde el individuo muestra indicadores de funcionamiento positivo (Díaz, 2006).

Definición operacional:

Se utilizó el instrumento de Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptado por Díaz en el 2006, versión en español de 29 items, creada a partir de la versión original en inglés (Ryff, 1989).

Población

La presente investigación se realizó en las unidades formadoras de docentes de Tejupilco estado de México, como primer institución se encuentra la Normal, cuya población está conformada por 80 alumnos de los cuales se integran 49 hombres y 31 mujeres con un rango de edad de los 18 a los 26 años, los cuales se encuentran estudiando la Licenciatura en Educación Preescolar, Licenciatura en Educación Primaria y la Licenciatura en Educación Especial; como segunda institución se ubica la UPN la cual está conformada por 158 alumnos de los cuales se integran 67 hombres y 91 mujeres en la carrera de psicopedagogía ubicados en rango de edad de los 18 a los 24 años; ambas instituciones cuentan con pocos alumnos por tal razón el instrumento se aplicó a todos.

Instrumento

Se utilizó la escala de bienestar psicológico que fue desarrollado por Ryff en 1989 (ver anexo, pág. 90). La versión original tiene 120 items que evalúan el bienestar psicológico desde una perspectiva multidimensional. Ryff propone 6 dimensiones: la evaluación positiva de uno mismo y la propia vida pasada (auto-aceptación); un sentido de crecimiento continuo y desarrollo como persona (crecimiento personal); la creencia de que la propia vida tiene propósito y un significado (propósito en la vida); el desarrollo y mantenimiento de relaciones de calidad y confianza con otros (relaciones positivas con otros); la capacidad de dirigir efectivamente la propia vida y el ambiente para satisfacer necesidades y deseo (dominio ambiental); y un sentido de autodeterminación personal (autonomía).

Díaz et al. (2006), propone una versión modificada al español, compuesta por 29 items agrupados en las mismas seis dimensiones. La escala tiene un formato de respuesta tipo Likert de 5 opciones. Esta versión presenta adecuadas propiedades psicométricas tales como un alfa de Cronbach entre .70 y .83 para las 6 dimensiones.

El siguiente instrumento se aplicó en las instituciones UPN y Normal de Tejupilco con la finalidad de obtener información personal de cada alumno sobre bienestar psicológico y describir el mismo.

Diseño de la Investigación

La presente investigación se centra en un diseño no experimental porque no se manipula deliberadamente la variable de bienestar psicológico, no se manipula ni el instrumento que se utiliza solo se observa el fenómeno en su ambiente natural (instituciones UPN y Normal) siendo así de tipo transaccional porque se recopilan los datos en un único momento con el instrumento de bienestar psicológico de Carol Ryff.

Captura de la Información

Se solicitó el respectivo oficio a la institución (UAP), para respaldarnos, posteriormente se acudió a las instituciones a solicitar el permiso correspondiente para realizar el estudio, una vez autorizado se solicitaron los datos específicos de la población para dar continuidad a la investigación, como siguiente paso, se concretó con las autoridades de cada institución una fecha para la aplicación de instrumentos, se procedió con la aplicación del instrumento en la fecha acordada y dentro del salón de clase en un horario escolar, las indicaciones se proporcionaron de manera verbal a los diferentes grupos, aclarando previamente cualquier tipo de duda sobre la forma de responder, de igual manera se aclaró a los estudiantes que las respuestas proporcionadas serían utilizadas con fines de investigación y los datos recabados serán considerados confidenciales, al finalizar se agradeció a las autoridades de la institución haciéndoles mención que los resultados de la investigación pueden ser revelados solo si así lo desean.

Procesamiento de la Información

Para el procesamiento y análisis de los datos se usó el paquete estadístico SPSS versión 23, obteniéndose así la estadística descriptiva calculando porcentajes de cada dimensión que son autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida, así mismo se emplearon gráficas para preservar los resultados a través de una investigación documental y de campo en relación al bienestar psicológico en los campos de auto aceptación, crecimiento personal, propósito en la vida, relaciones positivas, dominio ambiental y autonomía.

Resultados

Discusión

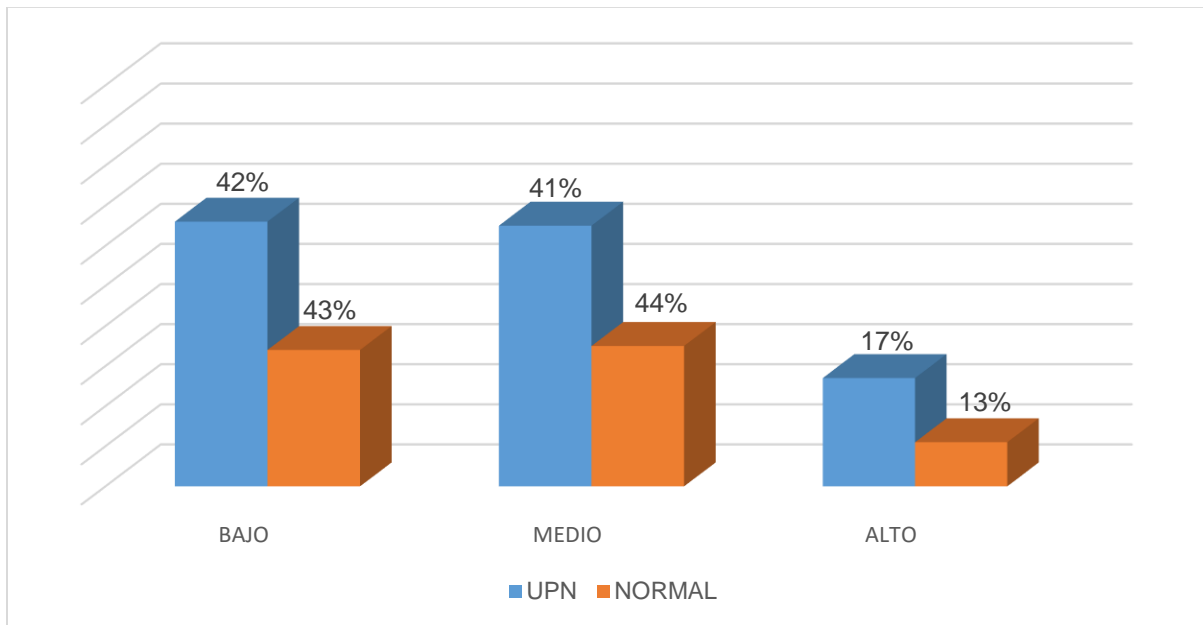
Conclusiones

y sugerencias

RESULTADOS

Los resultados obtenidos durante la realización de este proyecto se consiguieron a partir de la aplicación de la escala de Bienestar Psicológico desarrollado por Carol Ryff (1989), adaptada por Díaz, (2006), el cual sirvió para identificar los niveles de Bienestar en los que se encuentran los alumnos de las instituciones formadoras de docentes (UPN Y Normal) de Tejupilco.

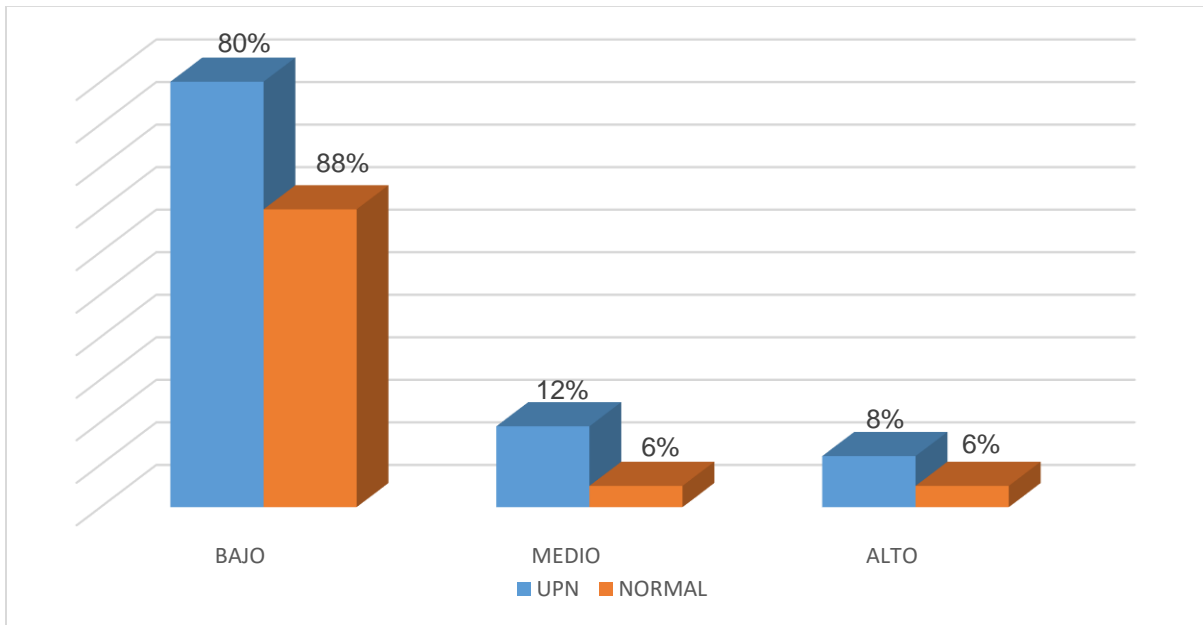
Figura 1. Resultados para la dimensión Auto-Aceptación



Fuente: con base al tamaño real

Al realizar el análisis en la dimensión de autoaceptación como se muestra en la gráfica 1, los porcentajes que se obtuvieron indican que en el nivel bajo la UPN obtiene el 42% y la Escuela Normal de Tejupilco el 43%, para el caso del nivel medio la UPN tiene al 41% alumnos y la Normal el 44%; finalmente en el nivel alto la UPN obtiene 17% y la normal el 13%. Como se puede observar la mayoría de los alumnos se encuentran en niveles bajos y medios, de acuerdo a la escala de Ryff indica que en esta dimensión los alumnos con estos niveles se pueden llegar a sentir insatisfechos consigo mismos, decepcionados con su pasado, tienen problemas con ciertas características que poseen, presentan problemas con su entorno y desearían ser diferentes a como son.

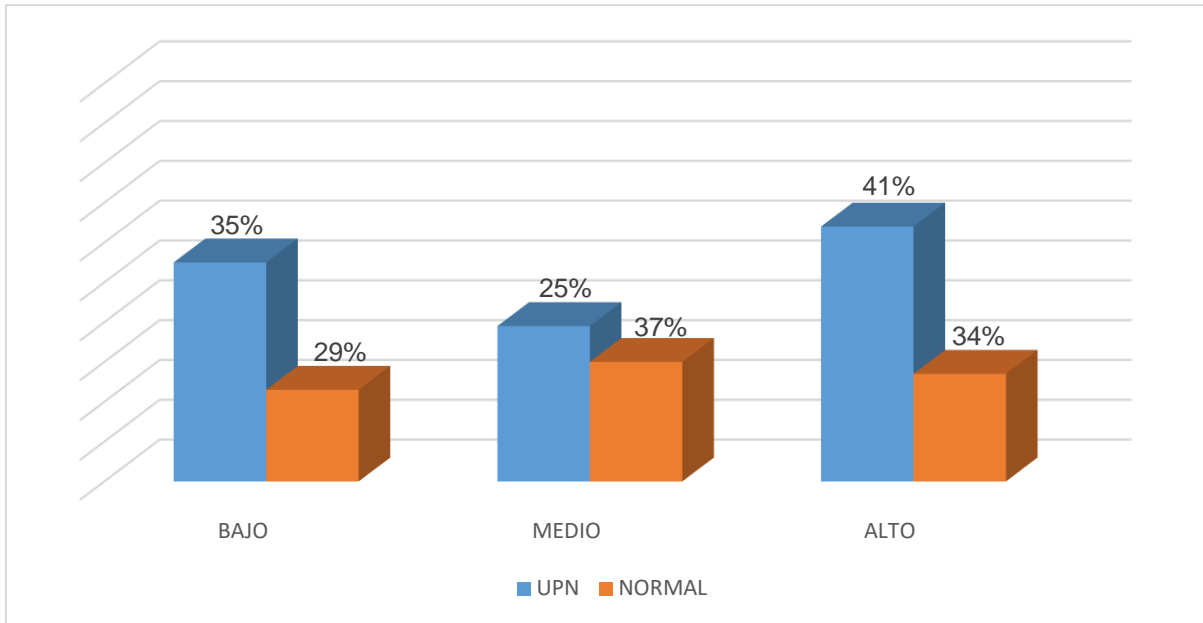
Figura 2. Relaciones Positivas



Fuente: con base al tamaño real

En la gráfica 2, los resultados obtenidos en la dimensión de relaciones positivas indican que en un nivel bajo la UPN obtiene a un 80% de alumnos y la Escuela Normal de Tejupilco el 88%, para el caso del nivel medio la UPN obtuvo el 12% y la Normal el 6%, en el nivel alto la UPN presenta el 8% y la Normal el 6%. El porcentaje mayor puntuó en el nivel bajo indicando así que la mayoría de los alumnos tienden a tener pocas relaciones cercanas, les resulta difícil ser cálidos, abiertos o preocuparse por los demás, están aislados o frustrados en sus relaciones y no están dispuestos a tener compromisos o vínculos importantes con los demás.

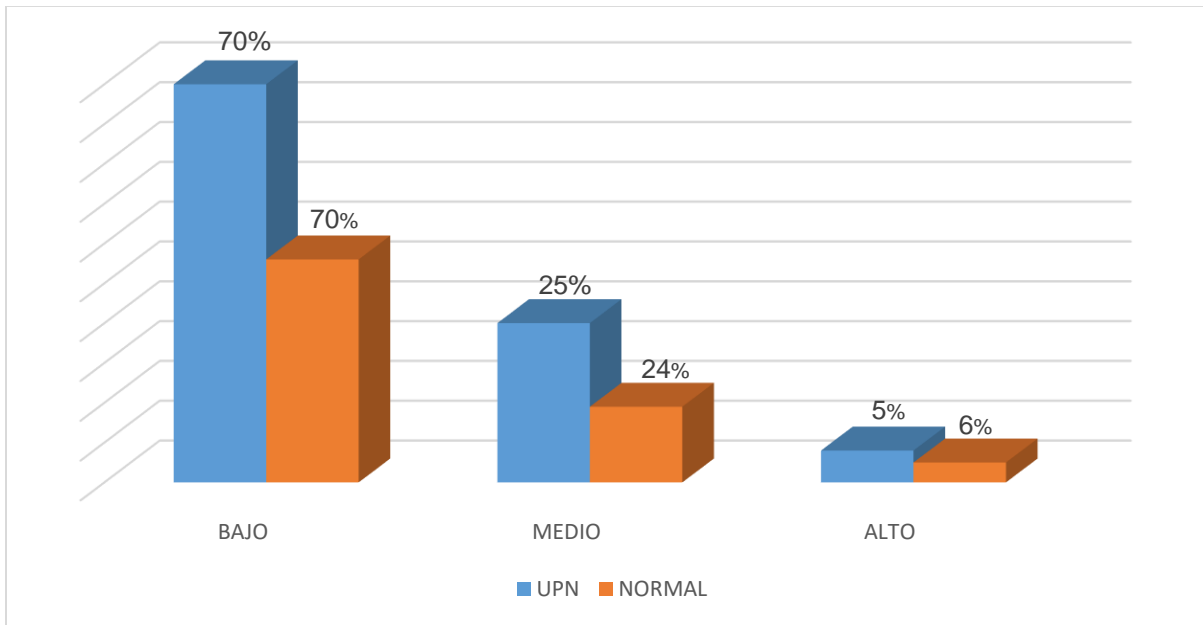
Figura 3. Autonomía



Fuente: con base al tamaño real

Para la dimensión de autonomía como se observa en la gráfica 3 los resultados indican que en un nivel bajo la UPN obtiene un 35% de los alumnos y la Escuela Normal el 29%, continuando en el nivel medio la UPN, tiene el 25% y la Normal un 37%; por último, en el nivel alto la UPN tiene el 41% de los alumnos y la Normal 34%. Durante este análisis los porcentajes más altos se ubican en los niveles altos y medios lo cual señala que los alumnos tienden a presentar preocupaciones por evaluaciones y las expectativas de los demás, pero de igual manera tienen la sensación de que pueden elegir por sí mismos, tomar sus propias decisiones incluso si van en contra de la opinión mayoritaria, mantienen su independencia personal y sus convicciones.

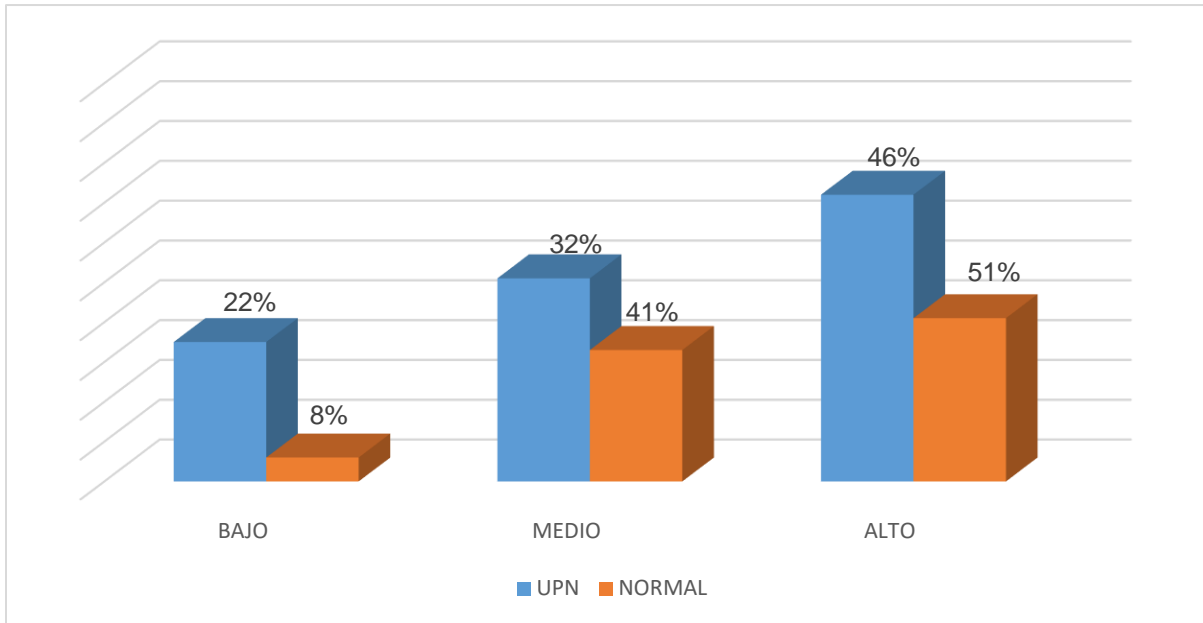
Figura 4. Dominio del Entorno



Fuente: con base al tamaño real

Analizando la gráfica 4, dimensión Dominio del Entorno los resultados obtenidos indican que el 70% de los alumnos de la UPN y 70 % de la Normal se ubican en un nivel bajo, en un nivel medio la UPN obtiene el 25% y la Normal con el 24%; finalmente en un nivel alto la UPN tiene el 5% y la Normal el 6%. Los porcentajes mayores corresponden al nivel bajo indicando así que la mayoría de los alumnos tienen problemas para manejar los asuntos de la vida diaria, se sienten incapaces de mejorar o cambiar su entorno, no son conscientes de las oportunidades de su entorno ni las aprovechan y piensan que no tienen ningún control sobre su ambiente.

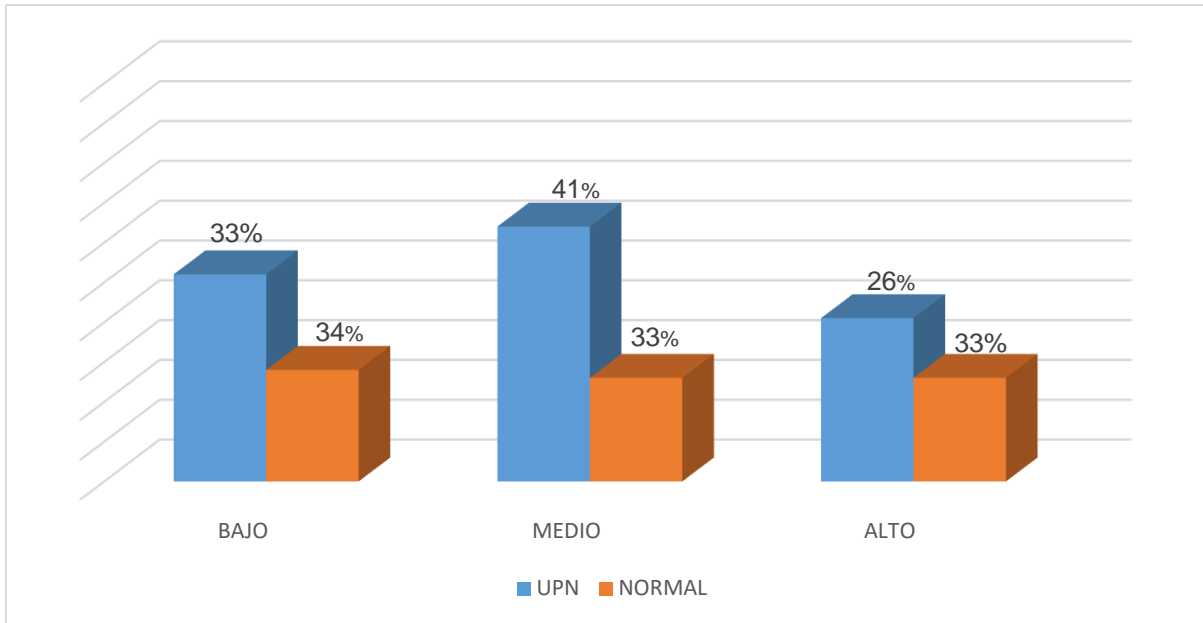
Figura 5. Crecimiento personal



Fuente: con base al tamaño real

En la dimensión de crecimiento personal la gráfica 5 muestra que en un nivel bajo la UPN tiene un 22% y la Normal el 8%, para el caso del nivel medio la UPN presenta el 32% de alumnos y la Normal el 41%, finalmente en el nivel alto la UPN obtiene el 46% y la Normal un 51%. Ambas instituciones obtuvieron los porcentajes en el nivel alto lo que denota que el alumno puede sacar el mayor partido a sus talentos y habilidades, utilizando todas sus capacidades, desarrollar sus potencialidades y seguir creciendo como persona. Las personas con puntuaciones altas en esta dimensión se considera que están en continuo crecimiento, están abiertas a las nuevas experiencias, desean desarrollar su potencial y habilidades, consideran que han ido mejorando con el tiempo y van cambiando de modos que reflejan un mayor autoconocimiento y efectividad.

Figura 6. Propósito en la Vida



Fuente: con base al tamaño real

En el análisis de la gráfica 6 propósito en la vida se observa que en el nivel bajo la UPN tiene el 33% de los alumnos y la Normal el 34%, en un nivel medio la UPN obtiene un 41% y la Normal el 33% y para el caso del nivel alto la UPN tiene el 26% de los alumnos y la Normal con el 33%. Los porcentajes mayores se sitúan en los niveles medios, es decir, los alumnos tienen la sensación de que su vida se dirige a alguna parte, sienten que su presente y su pasado tienen significado, y mantienen creencias que dan sentido a su vida.

DISCUSIÓN

Con respecto al análisis de la aplicación del instrumento de Ryff los resultados encontrados en esta investigación para la dimensión de autoaceptación son los bajos, la UPN con una población del 42% y la Escuela Normal de Tejupilco con el 43% ubicada en el mismo nivel, estos resultados son similares a lo que reporta Sandoval, Barrientos y Dorner (2017) en una investigación con estudiantes del área de salud en una universidad estatal en el sur de Chile donde los estudiantes se ubican en un nivel deficitario con el 41.7% de esta dimensión, por otro lado Carranza (2017) encontró resultados diferentes en su investigación realizada en Escuela Profesional de Psicología de Tarapoto, ya que menciona que esta dimensión se ubicó en un nivel promedio con el 43.6%.

Esta dimensión es una característica principal del funcionamiento positivo por ende cabe mencionar que como los porcentajes más altos se ubicaron en los niveles bajos los estudiantes tienden a sentirse insatisfechos y tener actitudes negativas consigo mismos. En la dimensión de relaciones positivas los resultados con más prevalencia indican nuevamente que la dimensión se ubica en niveles bajos en ambas instituciones, la UPN obteniendo el 80% y la Normal 88%, los resultados se diferencian con el estudio de Sandoval, Barrientos y Dorner (2017) donde arrojan que esta dimensión se ubica en niveles intermedios con el 41.7%, por otro lado, la investigación de Carranza (2017) concuerda con los resultados obtenidos ubicando esta dimensión en un nivel bajo con el 68.8% respectivamente.

Esta dimensión consiste en tener relaciones de calidad con los demás, gente con la que se pueda contar, alguien a quien amar. Como la mayoría de los alumnos puntuaron en niveles bajos tienen indicadores de que les resulta difícil expresar sentimientos de empatía, ser cálidos, tienden a estar aislados o frustrados.

Para la dimensión de autonomía, los resultados que predominan en las instituciones son diferentes, la UPN se ubica en un nivel alto con el 41% y la Escuela Normal en el nivel medio con el 37%, los resultados en la Escuela Normal son similares a los de Carranza (2017) donde ubica que la dimensión de autonomía se encuentra en la categoría media

con el 54.0% respectivamente, mientras que la mayoría de los estudiantes presentan un nivel de crecimiento personal alto (51.5%). Dichos estudios se diferencian de resultados obtenidos por la investigación de Sandoval, Barrientos y Dorner (2017) donde declaran en su estudio la dimensión de autonomía en un bajo nivel con el 26.6%. Ante los resultados obtenidos es preciso mencionar que esta dimensión consiste en tener la sensación de que puedes elegir por uno mismo, tomar las propias decisiones, mantener la independencia personal y las convicciones. Las personas con mayor autonomía son más capaces de resistir la presión social y regulan mejor su comportamiento desde el interior en vez de ser dirigidos por otros, son más independientes y se evalúan a sí mismas en función de estándares personales.

Continuando con la dimensión Dominio del Entorno los resultados que prevalecen son los niveles bajos en un 70% en ambas instituciones (UPN y Normal), los resultados son similares tanto con el estudio de Carranza (2017) que obtiene el 31.7% y el de Sandoval, Barrientos y Dorner (2017) que obtienen un porcentaje de 41.7% ambos estudios también se ubican en categorías bajas. Esta dimensión hace referencia al manejo de las exigencias y oportunidades del ambiente para satisfacer las necesidades y capacidades. Las personas con un bajo dominio del entorno poseen una menor sensación de control sobre el mundo y se sienten incapaces de influir en el ambiente que las rodea, no hacen un uso efectivo de las oportunidades que les ofrece su entorno y no son capaces de crear o escoger entornos que encajen con sus necesidades personales y valores.

Prosiguiendo con la dimensión de crecimiento personal los resultados arrojan en ambas instituciones los niveles altos, la UPN obtiene 46% y la Escuela Normal el 51% los porcentajes no tienen una diferencia muy elevada, sin embargo los resultados no concuerdan con el estudio de Carranza (2017) que en sus resultados arroja esta dimensión en una categoría promedio con el 68.3%, de igual manera con la investigación de Sandoval, Barrientos y Dorner (2017) los resultados no son similares ya que en esta investigación la dimensión se ubica en un nivel bajo con el 25.3% en esta dimensión consta en sacar el mayor partido a los talentos y habilidades, utilizando todas las capacidades, desarrollar las potencialidades y seguir creciendo como persona.

En el análisis de la dimensión de propósito en la vida se observa que las instituciones obtienen porcentajes con diferencia significativa, la UPN obtiene el nivel medio con el 41% y la Escuela Normal el nivel bajo con el 34%, los resultados de la UPN concuerdan con los resultados de la investigación de Sandoval, Barrientos y Dorner (2017) en su análisis indican en el nivel medio que un 40.6% de los estudiantes declaran tener claridad respecto a su propósito en la vida, mientras que el estudio de Carranza (2017) concuerda con los resultados de la Escuela Normal su estudio arrojan esta dimensión con un porcentaje del 34.2 % respectivamente de igual manera ubicándose en una categoría baja. Las personas que se encuentran en estas categorías necesitan marcarse metas y definir una serie de objetivos que les permitan dotar a su vida de sentido, así mismo tienen la sensación de que la vida no tiene sentido, de que no van a ninguna parte, tienen pocas metas y no tienen creencias que aporten sentido a sus vidas.

El Instituto Europeo de Psicología Positiva (IEPP, 2018) mencionan, para mantener las dimensiones en niveles óptimos es necesario tener Sensación de desarrollo continuo, verse a sí mismo en progreso, mantener apertura a nuevas experiencias, capacidad de apreciar las mejoras personales y resistir presiones sociales, así también Independencia y determinación, regulación de la conducta y finalmente una autoevaluación con criterios propios

CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

Identificar los niveles de bienestar psicológico y realizar la comparación fueron los objetivos principales los cuales, si se cumplieron, argumentando por dimensiones en la primera que fue autoaceptación, la mayor cantidad de alumnos se encuentran en el nivel bajo lo cual indica que los alumnos de ambas instituciones no se sienten bien consigo mismos, de igual manera tienden a tener actitudes negativas hacia su persona.

En la dimensión de relaciones positivas la mayoría de los alumnos se ubican en el nivel bajo señalando así que los alumnos de las instituciones no mantienen relaciones sociales estables, tampoco son muy frecuentes a tener amigos en los que puedan confiar, en esta dimensión la capacidad para amar y una afectividad madura es un componente fundamental del bienestar y de la salud mental, pero los alumnos de ambas instituciones lo presentan en niveles muy bajos.

Con respecto a la dimensión de autonomía la mayoría de los alumnos de la UPN se encuentran en un nivel alto, señalando así que los alumnos de esta institución regulan conductas, son independientes y se autoevalúan con sus propios criterios, por otro lado la mayoría de las alumnos de la escuela normal se ubican en un nivel medio, indicando que presentan cierto déficit en esta área, es decir, presentan bajos niveles de asertividad, no muestran preferencias, son indecisos, tienen actitudes sumisas.

Para el caso de la dimensión de Dominio del Entorno la mayoría de los alumnos de ambas instituciones se ubican en el nivel bajo, por tal razón y de acuerdo al modelo de Carol Ryff son alumnos que tienen sensaciones de descontrol de competencia, sentimiento de indefensión y descontrol de actividades. Por otra parte, en la dimensión de Crecimiento Personal la mayoría de los alumnos de ambas instituciones se encuentran en el nivel alto lo que indica que están siendo personas que presentan una sensación de desarrollo continuo, son capaces de apreciar mejoras personales, es decir, tienen la capacidad para desarrollar sus potencialidades y seguir creciendo como persona.

En cuanto a la última dimensión, Propósito en la vida, los alumnos de la UPN puntuaron en un nivel medio definiendo así que tienen sensación de llevar un rumbo, sensaciones de que el pasado y el presente tiene sentido, es decir los alumnos pueden ser capaces de definir sus objetivos; en cuanto a la Escuela Normal los alumnos puntuaron en un nivel bajo, señalando así que sus sensaciones suelen estar sin rumbo, tienen dificultades psicosociales y tienen pocas metas.

Para finalizar el bienestar psicológico se defino como el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, donde el individuo muestra indicadores de funcionamiento positivo, por ende, cabe mencionar que los alumnos de ambas instituciones muestran ciertas dificultades, por ello es viable que surja una colaboración entre los centros de servicios psicológicos y la administración universitaria ya que esta sería la clave para promover su salud integral. Esto, debido a que los mismos, contribuyen a la misión institucional de ofrecer servicios que mejoren el estado físico y mental de los estudiantes.

Con los resultados obtenidos se sugiere que se creen espacios donde se pueda reflexionar, comprender y abordar aquellas dimensiones (autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida) que afectan la salud, así como también ampliar y profundizar la información de la investigación en las escuelas Normales y UPN abarcando el enfoque constructivista en el cual se postula la necesidad de entregar al estudiante las herramientas necesarias que le permitan construir sus propios procedimientos para resolver una situación problemática, de igual manera la parte de la sociología para el análisis científico de la estructura y funcionamiento de la sociedad estudiantil, de la misma manera analizar a fondo las dimensiones para tener conocimiento de cuales son en las que los alumnos presentan más problemáticas y compararlas con el desempeño académico, asimismo generar ambientes de desarrollo para los alumnos que presentan riesgos en cada una de las dimensiones y finalmente Impartir pláticas con temas como lo que es un bienestar psicológico positivo y negativo, las consecuencias que este trae, las posibles causas, así mismo con temas similares impartir conferencias para ayudar a desarrollar y motivar el potencial de los jóvenes.

REFERENCIAS

ANEXOS

REFERENCIAS

- Allardt, E. (1996). Tener, amar, ser: una alternativa al modelo sueco de investigación sobre el bienestar. *La calidad de vida*. pp. 126-134. México.
- ANUIES. (2000). *La Educación Superior en el siglo XXI. Líneas estratégicas para su desarrollo*. Recuperado de http://www.anuiemx/servicios/d_estrategicos/libros/lib42/000.htm.
- Ballesteros. (2006). El Bienestar Psicológico definido por asistentes a un servicio de consulta psicológica. *Univ. Psychol. Bogotá (Colombia)*. Vol. 2, pág. 239-258.
- Barrantes, K. y Ureña, P. (2015). Bienestar psicológico y bienestar subjetivo en estudiantes universitarios costarricenses. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, Vol. 17, 108-109.
- Barragan. (2016). Modelo educativo 2016. Cabos sueltos. Recuperado de <http://vocesnormalistas.org/2016/07/26/modelo-educativo-2016-cabos-sueltos/>
- Bermejo, C. (2006). Qué es la salud. Recuperado de <https://www.josecarlosbermejo.es/que-es-la-salud/>
- Blanco, A. y Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. *Psicothema*, 17(4), 582-589.
- Bozu. (2008). Carpeta docente como practica formativa. Recuperado de http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/41482/1/ZB_TESIS.pdf
- Briceño, R. Gillezeau B. (2012). Argumentos Sobre el Estado de Bienestar. *Negotium*, vol. 8, pp. 28-32.
- Burris, J., Carlson. R. (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, Vol. 33, pp. 31-34.
- Campbell, A. (1981). El sentido del bienestar en América. *Revista Científica Guillermo de Ockham*, Vol. 3. pp. 27-59.

- Campos y Korner. (2006). Modelos Innovadores en la Formación Docente. América Latina: oficina regional de la educación.
- Carranza. (2017). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología. Rev. Int. Investigación de Ciencias Sociales, Vol. 13, pág. 133.
- Carranza, R. (2012). Depresión y características demográficas asociados en estudiantes líderes universitarios de lima metropolitana. Apuntes Universitarios, 1(2), 79-90.
- Carvajal, J. y Badilla, R. (2016). Escuela Normal de Costa Rica: Historia y legado. Revista Electrónica Educare, vol. 20(1), pág. 1-18.
- Castañeda, S. Castillo, R. Moreno, F. (2003). La UPN y la formación de maestros de educación básica. México: Esteban Manteca Aguirre.
- Castro S, y Casullo, M. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. Revista de Psicología. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú. XVIII, N° 2, pp. 35-68
- Casullo M. (2002). Evaluación de bienestar psicológico. En Casullo (Ed.), cuaderno de evaluación psicológica. Evaluación de bienestar psicológico en Iberoamérica. Buenos aires: Paidós.
- Cázales, N. (2015). Formación de profesores en las Escuelas Normales de México. Siglo XX. Revista Historia de la Educación Latinoamericana, vol. 17 (25), pp. 17-34.
- Chadwick, C. (1979). Teorías del aprendizaje y su implicancia en el trabajo en el aula. Revista de Educación, Vol. 70, pp. 45-60.
- Collazo, F. (2007). Estado de Bienestar. Enfoques XIX, Vol. 2, pág. 45-54.
- Cummins, R. y Cahill, J. (2000). Avances en la comprensión de la calidad de vida subjetiva. Intervención Psicosocial, vol. 2, pp. 185-198.

- Díaz. (2006). El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes. Adaptación española de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff. *Psicothema*, Vol. 18(3), pp. 572-577.
- Díaz, (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, vol. 3, pp. 572-577.
- Díaz, (2006). Teoría emergente en la construcción del saber pedagógico. Recuperado de <https://rieoei.org/historico/deloslectores/1122Diaz.pdf>
- Díaz, (2001). Construcción del saber pedagógico. *Sinopsis Educativa, Revista Venezolana de Investigación*. Vol. 2, pp. 13-40.
- Diener. (1994). Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico. Recuperado de http://www.um.es/analesps/v21/v21_1/08-21_1.pdf
- Diener, E.; Suh, E. y Oishi, S. (1997). Hallazgos recientes sobre el bienestar subjetivo. *Revista india de psicología clínica*, Vol. 24, pág. 25-41.
- Diener, E. (1984). Bienestar subjetivo. *Boletín Psicológico*, 95, pp. 542-575.
- DOF. (2003). Subprogramas Educativos: Educación Básica. Recuperado de http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=706002&fecha=15/01/2003&print=true
- Sandoval, B., Dorner, P., Véliz, B. (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, vol. 6, pp. 260-266.
- Solano, A. y Casullo, M. M. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología*. Vol. 2, pp. 35-68
- Ecured. (2018). Rendimiento académico: Factores que inciden en el rendimiento académico. Recuperado de https://www.ecured.cu/Rendimiento_acad%C3%A9mico

- ENFT. (2014). Evolución del perfil de egreso del docente, un nuevo reto. Recuperado de <https://sites.google.com/site/revistaenft/home/evolucion-del-perfil-de-egreso-del-docente-un-nuevo-reto>
- Farge, C. (2007). El Estado de bienestar. Enfoques. XIX, (1-2): pp. 45-54.
- Ferrel, Pedraza, y Rubio. (2010). Situaciones de bienestar psicológico. Recuperado de http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/6469/TDUEX_2017_Chavez_Orozco.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ferry, G. (1990). El trayecto de la formación. Los enseñantes entre la teoría y la práctica, Barcelona, Paidós Educador.
- Flores. (2010). La Formación Docente. Recuperado de http://www.chubut.edu.ar/descargas/secundaria/congreso/DOCENTES/R0103_Magyoly.pdf
- Galván, L. (1999) "Tradición magisterial. Formación de maestras y maestros en México", en La Vasija, núm. 4, México.
- Garretón, M. (2000). La sociedad en que Viviremos. Introducción sociológica al cambio de siglo. Recuperado de <http://educacionyeducadores.unisabana.edu.co/index.php/eye/article/view/1962/2957>
- Gómez (2014). Atención a las Necesidades Reales del Sistema Educativo. Recuperado de <http://registromodeloeducativo.sep.gob.mx/Archivo;jsessionid=84549be48ccd30fdcf8901a9fc75?nombre=11321-PONENCIA.+TEMA+3.pdf>
- González. (2016). Formación de los docentes: principio y fin del cambio educativo. Recuperado de <https://www.oei.es/historico/divulgacioncientifica/?Formacion-de-los-docentes-principio-y-fin-del-cambio-educativo>

Greybeck, Moreno y Peredo. (1998). Reflexiones acerca de la formación de docentes. Recuperado de http://www.quadernsdigitals.net/datos_web/articles/educar/numero5/reflexiones.htm

Rath, T. y Harter, J. (2010). La ciencia del Bienestar. New York: Pedro Manuel Manzano, pp.12-14. Recuperado de https://books.google.com.mx/books?id=EPMZ7cpS4aYC&printsec=frontcover&dq=bienestar&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjDx_mE6N3dAhWG4IMKHZGKDjkQ6AEIJzAA#v=onepage&q=bienestar&f=false

Heady y Wearing, 1991. Cuarto Panel de Calidad de Vida en Australia. 1992. Recuperado de <http://docplayer.es/47721747-Los-conceptos-de-bienestar-y-satisfaccion-una-revision-de-tema-the-concepts-of-well-being-and-satisfaction-a-literature-review.html>

Horley, J y Little, B. R. (1985). Componentes afectivos y cognitivos de la medida global del bienestar. Investigación de Indicadores Sociales, Vol. 17, pp.189-197

Hurtado, A. (2000). Familia y educación en el mundo de hoy. Revista de Educación de la Universidad Católica de Santa María, Arequipa, Vol. 5, pp. 18-26.

IEPP. (2018). Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff. Recuperado de <https://www.iepp.es/images/stories/pdf/Ryff.pdf>

Keyes, C., Ryff, C. D. y Shmotkin, D. (2002). Optimizando el bienestar: el encuentro empírico de dos tradiciones. Revista de Personalidad y Psicología Social, Vol. 6, pp. 1007-1022

Laureate. (2016). Modelo Educativo Basado en Competencias y Centrado en el Estudiante. Recuperado de <http://imy.laureate.net/Faculty/programs/Documents/Brochure%20Modelo%20Educativo%20UPN.PDF>

- Liberalesso, A. (2001). Bienestar subjetivo en la vida adulta: rumbo a una psicología positiva en América Latina. Recuperado de http://digeset.uco.mx/tesis_posgrado/Pdf/Alfonso_Chavez_Uribe.pdf
- Llivina, L y Urrutia, L. (2014). La formación de un docente de calidad para el desarrollo sostenible. Recuperado de http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Havana/pdf/Formaciondocentes_Llivina.pdf
- Lucas, R. (1996). Validez discriminadora de las medidas de bienestar. *Revista de Personalidad y Psicología Social*, vol. (3), pp. 616-628.
- Marchesi, A. (2007). Sobre el bienestar de los docentes. Competencias, emociones y valores. Alianza Editorial. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/259466039_El_bienestar_psicologico_d_el_profesorado_variables_implicadas
- Martínez, J. (2000). El Destino de las Naciones. En J. A. Martínez. *Economía del Sector Público*. (pp.13-31). España: Editorial Ariel, S.A
- Martino, G. (2016). Principio y Fin del Cambio Educativo. Recuperado de <https://www.oei.es/historico/divulgacioncientifica/?Formacion-de-los-docentes-principio-y-fin-del-cambio-educativo>
- Maya. (2010). La formación docente y las escuelas normales en México. Una lectura desde el análisis de las políticas públicas. Recuperado de <https://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/revistaeyp/article/.../7366>
- Meneses, M. (1999). Las Enseñanzas de la Historia de la Educación en México. México, Universidad Iberoamericana (Umbral XXI Investigaciones). Recuperado de http://biblioweb.tic.unam.mx/diccionario/htm/articulos/terminos/ter_e/esc_normales.htm

- Michalos, A. (1982). La satisfacción y la felicidad de algunas personas de la tercera edad en las zonas rurales de Ontario. *Investigación de Indicadores Sociales*, Vol.11, pp.1-30.
- Millán, F. (2000). La formación de docentes en las escuelas normales: entre las exigencias de la modernidad y las influencias de la tradición. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, Vol. 30, 117-142.
- Molina, C. y Meléndez, C. (2006). Bienestar psicológico en envejecientes de la República Dominicana. *Geriátrika*, Vol. 3, pp. 97-105.
- Moraga, F. (2009). Bienestar y calidad de vida en ancianos institucionalizados y no institucionalizados. *Anales de Psicología*, Vol. 2, 312-319.
- Morales, P y Ordoñez. (2015). Auto-concepto Físico y Bienestar Psicológico en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. *Ágora Revista Científica*. Recuperado de <https://doi.org/10.21679/arc.v2i2.38>
- Muñoz, A. (2017). ¿Qué es el bienestar psicológico? El modelo de Carol Ryff. Recuperado de <https://www.aboutespanol.com/que-es-el-bienestar-psicologico-el-modelo-de-carol-ryff-2396415>
- Moyano, E. y Ramos, N. (2007). Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la Región Maule. *Revista Universum*, Vol. 2, pp. 177-193.
- OEI. (2012). Organización y estructura de la formación docente. Recuperado de https://www.oei.es/historico/quipu/mexico/informe_docentes.pdf
- OMS. (2013). Salud mental: un estado de bienestar. Recuperado de http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/
- Ortega. (2014). Instituto de Investigaciones sobre la Universidad y la Educación. Recuperado de <http://132.248.192.241/~editorial/wp-content/uploads/2014/10/Escuela-normal.html>

- Pavie. (2011). Formación docente: hacia una definición del concepto de competencia profesional docente. Recuperado de https://www.aufop.com/aufop/uploaded_files/articulos/1301587967.pdf
- Pérez y Bustamante. (2012). El saber pedagógico: componentes para una reconceptualización. *Educación y Educadores*, Vol. 15, pp. 479-496.
- Pineda. (1998), Ignacio. Las prácticas pedagógicas en la formación del magisterio. Recuperado de <http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v09/ponencias/at15/PRE1178893258.pdf>
- Quero, D. (2006). Formación docente, práctica pedagógica y saber pedagógico, *Revista de Educación*. Vol. 12, pp. 88-103.
- Rangel, J, Alonso, L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo: una breve revisión teórica. Recuperado de <http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/32748/1/articulo2.pdf>
- Redhanz, K. y Maddison, D. (2003). Clima y felicidad *Economía Ecológica*, Vol. 1, pp. 111-125.
- Robles, N, Quintana, M, y García, B. (2012). Plan Educativo Nacional. Recuperado de <http://www.planeducativonacional.unam.mx/index.html>
- Rodón, B., y Gillezeau, B. (2012). Argumentos Sobre El Estado De Bienestar. *Negotium*, Vol. 8, pág. 26-66.
- Rodríguez, Cartagena, Peña, Berrios. (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, Vol. 33, pp. 31-43.
- Ryan, R. y Deci, E. (2001). Sobre la felicidad y el potencial humano: una revisión de la investigación sobre el bienestar hedónico y eudaimónico. *Revisión anual de psicología*, Vol. 1, pp. 141-166.

- Ryff, C. (1989). La felicidad lo es todo, ¿o no? La exploración es el significado del bienestar psicológico. *Journal de Personalidad y Psicología Social*, vol. 6, 1069-1081.
- Ryff, C. y Singer, B. (1998). Los contornos de la salud humana positiva. *Psychological inquiry*, vol. 1, pp. 1-28.
- Ryff, C., y Keyes, C. (1995). La estructura del bienestar psicológico. *Revista de personalidad y psicología social*, Vol. 69, pp. 719-727.
- Sandoval, Barrientos y Dorner. (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, Vol. 6, pp. 260-266.
- Schön, D. (1992). La formación de profesionales reflexivos. Madrid: Paidós-MEC. pp. 67-73.
- Seligman (2008). Bienestar Psicológico en Profesores de una Universidad Privada del Distrito de Santa Marta. Recuperado de https://revistascientificas.cuc.edu.co/index.php/culturaeducacionysociedad/article/.../pdf_118
- Sen, A. (2002). ¿Por qué la equidad en salud? *Revista Panamá Salud Pública*, Vol. 11, pp. 302-309.
- SEP. (2018). Perfil, parámetros e indicadores. Recuperado de <http://compromisoporlaeducacion.mx/dimensiones-del-nuevo-plan-y-programas-para-las-y-los-normalistas/>
- Slade. (2010). Aplicando psicología positiva. Recuperado de https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034
- Solórzano. (1996). Las Escuelas Normales, en Francia. Recuperado de <https://www.mecd.gob.es/dctm/revista-de-educacion/1954/195426/1954re26informacionextranjera02.pdf?documentId=0901e72b81edecad>

- Soto, O. Hernández, T. y Carrillo, G. (2013). Políticas de Formación Docente en México. Recuperado de www.lasallep.edu.mx/xihmai/index.php/xihmai/article/download/23/14
- Taylor y Brown. (1988). Ilusión y bienestar: Perspectiva sobre la salud mental. Recuperado de Dialnet-EvaluacionDelBienestarPsicologicoEnEstudiantesAdol-4531342
- Torres, R; Gaona, B, Martínez, R. (2014). Las competencias docentes: el desafío de la educación superior. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-26732014000300008
- UNAM. (2012). La innovación en la preparación docente en la UAM. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-26982015000500004
- UNAM. (2012). Escuelas Normales. Recuperado de http://www.planeducativonacional.unam.mx/CAP_06/Text/06_08a.html
- UNAM. (2012). Evaluación y resultados educativos. Recuperado de http://www.planeducativonacional.unam.mx/CAP_06/Text/06_09a.html
- UNAM. (2015). Las Escuelas Normales, La historia de las escuelas de pedagogía. Recuperado de <http://www.fundacionunam.org.mx/educacion/las-escuelas-normales/>
- UNESCO. (2014). Enseñanza y Aprendizaje: Lograr la calidad para todos. Recuperado de <http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002261/226159s.pdf>
- UNESCO. (2014). Estrategia a Plazo Medio. Recuperado de <http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002278/227860s.pdf>
- UNESCO. (2017). Formación de Docentes. Recuperado de <http://www.unesco.org/new/es/havana/areas-of-action/education/formacion-de-docentes/>

Universidad Privada del Norte (2011), Dirección Corporativa de Calidad Educativa. Modelo Educativo UPN. Documento institucional. Recuperado de https://www.topuniversities.com/sites/default/files/profiles/brochures/doc1_0.pdf

UPN. (2018). Antecedentes de la UPN. Recuperado de <http://www.upn.mx/index.php/conoce-la-upn/acerca-de-la-upn>

UPN. (2018). El desarrollo profesional de los docentes de educación básica y media superior en todo el país. Recuperado de <https://www.upn.mx/index.php/component/phocadownload/category/8-rectoria>

Van Hoorn, A. (2007). Una breve introducción al bienestar subjetivo: su medición, correlatos y usos de la política. Trabajo presentado en la Conferencia internacional: ¿es feliz medirlo y qué significan esas medidas para la política? Roma, Italia.

Velásquez. (2008). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/Bienestar/articulo/6246945.pdf>

Vera, A. y Sotelo, I. (2004). Bienestar y redes de apoyo social en población de la tercera edad. La Psicología Social en México, vol. 10, pp. 95-102.

Viniegras y González. (2000). El Bienestar Psicológico en los Estudiantes Universitarios. Recuperado de https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/13815/FreireRodriguez_Carlos_TD_2014.pdf?sequence=6&isAllowed=y

Westerhof, G., y Keyes, C. L. (2010). Enfermedad mental y salud mental: el modelo de los dos continuos a lo largo de la vida. Diario de Desarrollo de Adultos, 17 (2), 110-119.

Zamudio, G. (2015). El nuevo modelo de formación docente en las Escuelas Normales. Instituto Estatal de Desarrollo Docente e Investigación Educativa, pp. 5-102.

Zepeda. (2013). La reforma educativa ausente: las Normales en México. Recuperado de <https://www.animalpolitico.com/blogueros-blog-invitado/2013/06/05/la-reforma-educativa-ausente-las-normales-en-mexico/>

ANEXOS

INSTRUMENTO

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO C. RYFF (SPWB)

Nombre: _____ Edad: _____ Sexo: H M Estado Civil _____
 Institución Educativa: _____ Fecha: _____

Toda información que se obtenga en totalmente confidencial y con fines de investigación
INSTRUCCIONES: A continuación, se presentan afirmaciones respecto a su situación actual. Por favor indique que tan acuerdo esta con la oración según la siguiente escala:

- 1=Totalmente en desacuerdo**
- 2=En desacuerdo**
- 3=Casi en desacuerdo**
- 4=Casi de acuerdo**
- 5=De acuerdo**
- 6= Totalmente de acuerdo**

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Casi en desacuerdo	Casi de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas	1	2	3	4	5	6
2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones	1	2	3	4	5	6
3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente	1	2	3	4	5	6
4. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida	1	2	3	4	5	6
5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga	1	2	3	4	5	6
6. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad	1	2	3	4	5	6
7. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo	1	2	3	4	5	6
8. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar	1	2	3	4	5	6
9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí	1	2	3	4	5	6
10. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes	1	2	3	4	5	6
11. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto	1	2	3	4	5	6
12. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo	1	2	3	4	5	6
13. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría	1	2	3	4	5	6
14. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas	1	2	3	4	5	6
15. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.	1	2	3	4	5	6

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Casi en desacuerdo	Casi de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
16. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo	1	2	3	4	5	6
17. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro	1	2	3	4	5	6
18. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí	1	2	3	4	5	6
19. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad	1	2	3	4	5	6
20. Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo	1	2	3	4	5	6
21. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general	1	2	3	4	5	6
22. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen	1	2	3	4	5	6
23. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida	1	2	3	4	5	6
24. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo	1	2	3	4	5	6
25. En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida	1	2	3	4	5	6
26. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza	1	2	3	4	5	6
27. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos	1	2	3	4	5	6
28. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria	1	2	3	4	5	6
29. No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida	1	2	3	4	5	6
30. Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida	1	2	3	4	5	6
31. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo	1	2	3	4	5	6
32. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí	1	2	3	4	5	6
33. A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo	1	2	3	4	5	6
34. No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está	1	2	3	4	5	6
35. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo	1	2	3	4	5	6
36. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona	1	2	3	4	5	6
37. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona	1	2	3	4	5	6
38. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento	1	2	3	4	5	6
39. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla	1	2	3	4	5	6